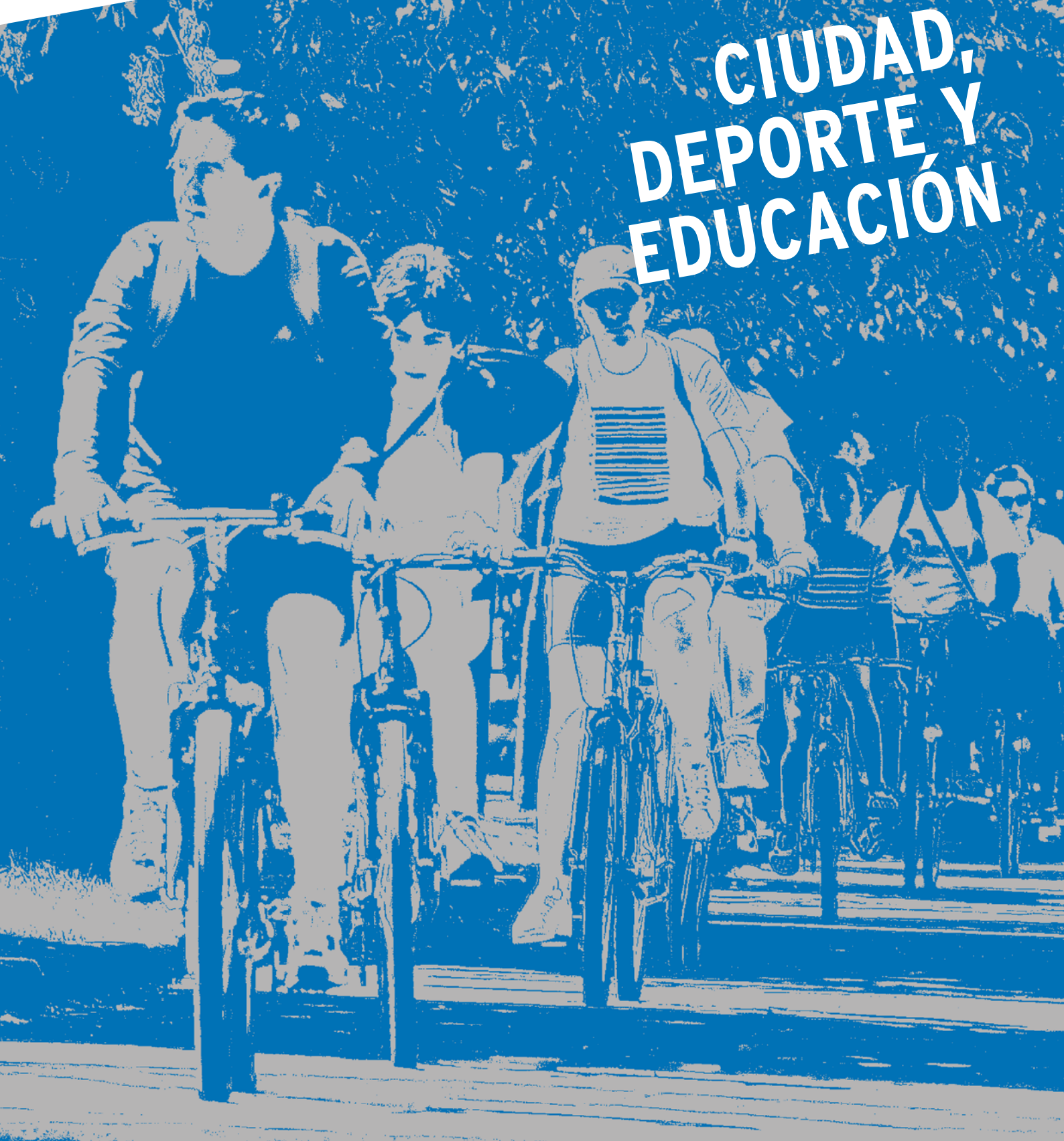


MONOGRÁFICO

ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE CIUDADES EDUCADORAS
2010

CIUDAD, DEPORTE Y EDUCACIÓN



CIUDAD, DEPORTE Y EDUCACIÓN



Índice

4 Editorial

Enric Truñó

**Sergio
Chiamparino**

6



**Steven N.
Blair**

10



**Christina
Ramberg**

14



**Johann
Olav Koss**

18



24 El rol social del deporte. Repercusiones en la política deportiva local

Paul De Knop y Marc Theeboom

30 Deporte e igualdad de género

Gertrud Pfister

40 Deporte y accesibilidad para todos. Una necesidad de las ciudades

Enrique Rovira-Beleta Cuyás

47 Muévete y métete en cintura, experiencia de la campaña en la Ciudad de México

Sonia Aguirre Garcés, José Luis Navarro Paredes y Mónica Hurtado González, Gobierno Municipal de la Ciudad de México

50 La Granollers Cup, el balonmano que construye ciudad

Josep Maria Junqueras Pujadas, Ayuntamiento de Granollers

53 Adjí y vê: dos juegos que forman para la vida

Dakpè Sossou, Ayuntamiento de Lokossa

55 Consulta ciudadana sobre el estado general del deporte

Nicole Dreyer y Serge Oehler, Ayuntamiento de Estrasburgo

57 Montevideo, ciudad saludable

Gonzalo Halty, Intendencia Municipal de Montevideo

60 El deporte me inspira

Pedro Peres, Ayuntamiento de Lisboa

Editorial

Con ocasión de la celebración en Guadalajara (México) del XI Congreso Internacional de Ciudades Educadoras con el tema “*Deporte, Políticas públicas y Ciudadanía. Retos de una Ciudad Educadora*”, la AICE ha considerado conveniente la elaboración del presente Monográfico sobre **Ciudad, Deporte y Educación**.

En la Carta de Ciudades Educadoras se afirma el derecho a vivir la ciudad educadora, que debe entenderse como una extensión efectiva del derecho fundamental a la educación. La ciudad dispone de incontables posibilidades educadoras a partir de sus recursos, facilitando en su dinámica ciudadana la incorporación de personas de todas las edades a la formación a lo largo de toda la vida.

Las ciudades deben plantearse una política educativa amplia, de carácter transversal e innovador, incluyendo en ella todas las modalidades de educación formal, no formal e informal y las diversas manifestaciones culturales, fuentes de información y vías de descubrimiento de la realidad que se produzcan en la ciudad, creando el marco para el desarrollo y la educación plena de las personas.

La Carta expresa el compromiso de las ciudades que la suscriben con todos los valores y principios que en ella se han manifestado. Se define como abierta a su propia reforma y deberá ser ampliada con los aspectos que la rápida evolución social requiera. En esta ocasión, parece conveniente y oportuno profundizar en la óptica de la actividad física, el juego y el deporte como instrumentos educativos. El Congreso de Guadalajara y este Monográfico es lo que plantean.

Existe una amplia coincidencia teórica a escala mundial del papel del deporte, en un sentido amplio. Así, en la 63ª sesión de la Asamblea General de la ONU, celebrada en el año 2008, se aprobó una resolución que alienta el uso del deporte como instrumento para la promoción de la educación, la salud, el desarrollo y la paz. Los propios objetivos del Milenio para erradicar la pobreza destacan este rol del deporte.

En este marco, en este monográfico se presentan diversas entrevistas que inciden en diversos aspectos y valores de la práctica deportiva que van desde la salud al legado que generan para una ciudad la organización de los Juegos Olímpicos.

El Alcalde de Turín, Sergio Chiamparino, reflexiona sobre el impacto y legado en su ciudad que ha dejado la celebración de los Juegos Olímpicos de Invierno de 2006, mostrando que el significado del concepto Ciudad Educadora ha estado presente en la organización y celebración de los Juegos. Recuerda, además, que paralelamente a la organización del evento, la ciudad invirtió en nuevas infraestruc-

turas y programas con el objetivo de dar soporte al deporte para personas de todas las edades y promoviendo tanto su conocimiento como los valores que éste conlleva.

Steven N. Blair, doctor en medicina experto en deporte y actividad física, desde Carolina del Sur, profundiza en la relación entre deporte, actividad física y la salud. Cree imprescindible en el futuro un cambio en el estilo de vida para incidir en conductas y actitudes que mejoren la salud de los habitantes de la ciudad, adaptando ésta a las necesidades de los peatones y ciclistas y desincentivando el uso del coche, así como a través acciones de orientación alimentaria y fomento de la actividad física.

Por su parte, Christina Ramberg, desde su responsabilidad medioambiental en el Ayuntamiento de Göteborg, nos recuerda la importancia de aplicar principios sostenibles en la organización de competiciones deportivas. La necesidad de concienciar a los organizadores sobre el uso de un transporte ecológico tanto para los deportistas como para los espectadores, el uso de fuentes de energía renovables en las instalaciones deportivas, la necesidad de disminuir la producción de residuos y de disponer de contenedores para su separación y posterior reciclaje. Su criterio es que se debe disponer de un plan ambiental relacionado con el proceso organizativo del evento, ya sea un gran o pequeño evento.

El medallista olímpico y presidente de la ONGD Derecho a Jugar (*Right To Play*), Johann Koss, apunta diferentes criterios a tener en cuenta para que las políticas deportivas locales de cooperación sean vehículo para la paz, presentando distintas experiencias en lugares donde se viven conflictos.

Por otra parte, se han preparado las tres aportaciones de fondo de la presente publicación que presentan distintos aspectos de la práctica deportiva con el objetivo de hacerla más inclusiva:

- El rol social del deporte, artículo elaborado por Paul de Knop y Marc Theeboom.
- Deporte e igualdad de género, Gertrud Pfister.
- El deporte y la accesibilidad para todos. Una necesidad de las ciudades, Enrique Rovira-Beleta.

Los autores coinciden en la necesaria democratización del acceso a los diferentes beneficios que tiene la práctica de la actividad física y el deporte, vinculándolo a un proyecto de sociedad más participativa y solidaria. En particular, Paul de Knop y Marc Theeboom, desde Flandes, resaltan que el deporte puede ser un medio para mejorar la participación e integración de grupos vulnerables socialmente y para reducir la delincuencia entre jóvenes en riesgo. Nos presentan la experiencia Deporte de barrio (*Neighbourhood sports*) de Flandes.

Gertrud Pfister, desde Copenhague, nos recuerda las diferencias en la práctica deportiva según el género ya que, en general, son más sedentarias las chicas y las mujeres que los chicos y los hombres y que entre ellas, existen grandes diferencias dependiendo de sus circunstancias de vida, incluyendo la clase social, el origen étnico, la religión, su cultura, y el lugar donde viven, lo que genera distintas oportunidades de acceso a la práctica deportiva.

Enrique Rovira-Beleta, desde su atalaya de Barcelona, desarrolla la propuesta de propiciar centros deportivos en las ciudades y en el medio rural, como centros de animación sociocultural y deportiva, garantizando la accesibilidad de las personas con diferentes tipos de discapacidades, fomentando la interrelación social y ampliando su función al ser estos lugares donde se conocen personas de todas las edades y se concilia la vida familiar.

Finalmente, se presentan seis experiencias de diversas ciudades, que tienen el común denominador de ser propuestas concretas enraizadas en el respectivo municipio y que generan dinámicas de participación en actividades de juegos y deportes con el fin de promover la participación comunitaria, la salud y la cohesión social.

Las ciudades de México D.F.: *Muévete y métete en cintura*; Granollers (España): *La Granollers Cup, el balonmano que construye ciudad*; Lokossa (Bénin): *Adji y Vê, dos juegos que forman para la vida*; Estrasburgo (Francia): *Consulta ciudadana sobre el estado general del deporte*; Montevideo (Uruguay): *Montevideo, ciudad saludable*, y Lisboa (Portugal): *El deporte me inspira*, nos presentan sus criterios, motivaciones y realidades. Entre ellas destacaría la estrategia de ejecución de acciones con la comunidad y con amplios movimientos de voluntarios.

Me gustaría señalar algunos elementos comunes a todas las aportaciones que coinciden con mis propios planteamientos.

- Existe el convencimiento de que el deporte se ha convertido en un fenómeno social y cultural de máxima importancia para los habitantes de toda edad especialmente debido a los valores educativos que transmite. Sabemos también que, en algunas ocasiones, no se hace un uso correcto del mismo cuando se hacen trampas en las competiciones con el fin de conseguir la victoria a cualquier precio o cuando se generan episodios de violencia entre deportistas o sus acompañantes o entre los espectadores.
- Cuando se habla de deporte se hace en un sentido muy amplio, a veces con matices conceptuales diferenciados entre Europa y Norteamérica, pero hemos querido englobar todo tipo de actividades físicas, juegos y discipli-

nas deportivas con el objetivo de fomentar el deporte para todas las personas.

- La práctica deportiva, las actividades físicas y los juegos están presentes en todas las culturas y en todos los países y en todas las clases sociales con gran diversidad de manifestaciones y oportunidades.
- El impacto social del deporte se manifiesta en las magníficas oportunidades de generar vías de relación, inclusión y cohesión social, de fomento de la paz, y de promoción de estilos de vida saludable.
- La importancia de fomentar un deporte respetuoso con el medio ambiente. En consonancia con el principio 11º de la Carta de Ciudades Educadoras: *"La ciudad deberá garantizar la calidad de vida de todos sus habitantes. Ello supone el equilibrio con el entorno natural, el derecho a un medio ambiente saludable, además del derecho al esparcimiento, entre otros"*.
- La voluntad de las administraciones públicas locales de definir colectivamente la política deportiva de la Ciudad.
- Resaltar el papel clave de los educadores, maestros, entrenadores, técnicos, monitores y padres y madres. Estos últimos tienen una influencia decisiva en el interés de la infancia y la juventud en la práctica deportiva.
- El papel de los Ayuntamientos, como responsables del medio urbano y de los espacios públicos, como facilitadores y promotores del uso de los mismos con fines saludables, deportivos y educativos. Tan importante será la creación y mantenimiento de estos espacios como la correcta gestión de los mismos para su uso recreativo y educador, siguiendo el principio 8º de la Carta: *"La ordenación del espacio físico urbano atenderá las necesidades de accesibilidad, encuentro, relación, juego y esparcimiento y un mayor acercamiento a la naturaleza"*.

En el ámbito de esta monografía se percibe que los conceptos Ciudad educadora, Ciudad saludable y Ciudad deportiva son, en el fondo, tres expresiones próximas, con sus dinámicas propias, pero que se interrelacionan y que han de trabajar coordinadamente con el mismo objetivo de hacer realidad ciudades donde las personas puedan desarrollarse con autonomía, en comunidad, con estilos de vida saludables, gozando de un proceso de formación integral a lo largo de toda su vida, con justicia social y con equilibrio territorial.

Enric Truñó i Lagares

Gestor Deportivo

Concejal del Ayuntamiento de Barcelona (1979-98)



Sergio Chiamparino

Alcalde de Turín (Italia)

ENTREVISTA

Sergio Chiamparino se graduó en Ciencias Políticas en 1973 y entre 1970 y 1975 trabajó como investigador en la Universidad de Turín. En 1975 inició su carrera política como líder del Partido Comunista Italiano (PCI) en el Ayuntamiento de Moncalieri (Provincia de Turín). Durante el período 1982-1986 dirigió el departamento económico del PCI en Turín y de 1986 a 1988 ocupó el cargo de Consultor económico de este grupo en el Parlamento Europeo. De 1989 a 1991 fue Secretario Regional del sindicato de trabajo italiano *Confederazione Generale Italiana del Lavoro* (CGIL), de 1991 a 1995, Secretario Provincial del Partido Democrático de la Izquierda (PDS). En 1993 fue elegido Concejal del Ayuntamiento de Turín y en 1996, Representante del PDS en la Cámara de Diputados del Parlamento Italiano, donde formó parte de la Comisión Presupuestaria Permanente. El 27 de mayo de 2001, fue elegido Alcalde de la ciudad de Turín, siendo reelegido en el 2006. Desde el año 2009, Chiamparino es Presidente de la Asociación Nacional de Municipios Italianos (ANCI).

¿Cuáles fueron las razones que motivaron a Turín a proponer su candidatura como ciudad organizadora de los Juegos Olímpicos de Invierno?

La ciudad estaba pasando por un período marcado por la propuesta de nuevos programas de desarrollo destinados a superar la crisis post-industrial y a lograr un mejor posicionamiento internacional.

Cuando empezó la crisis industrial y post-industrial, que en una ciudad como Turín, sustentada por una única empresa, podía haber tenido unos terribles efectos, surgió claramente la necesidad de buscar una solución alternativa para evitar el colapso de todo el sistema. En aquel momento, el objetivo era dar a Turín una nueva identidad, hacer que su nombre no sólo estuviera vinculado a la gran producción industrial que, de todas formas, era muy importante para la ciudad, sino también a otras propuestas nuevas.

Promover la imagen de una ciudad en fase de un profundo proceso de renovación urbana y presentar nuevas propuestas, fueron los objetivos estratégicos compartidos por la clase dirigente local.

En este contexto, los Juegos se percibieron inmediatamente como una ocasión que no podía ser desaprovechada, ya que cubrían la necesidad de potenciar la inversión en infraestructuras y desarrollo sostenible, así como de mejorar nuestro patrimonio arquitectónico.

Así pues, además de ser el enclave ideal para celebrar los Juegos, gracias a su situación geográfica y su larga tradición en deportes de invierno, la ciudad de Turín tendría la oportunidad de incluir los Juegos en políticas de desarrollo más amplias, asociadas al turismo, a la capacidad de atraer una nueva afluencia de participantes de convenciones y al desarrollo de intercambios culturales.

¿Una vez obtenida la nominación, qué criterios se aplicaron para la organización de los Juegos?

En primer lugar, tratamos de organizarnos en un territorio cohesionado y elegir un planteamiento ganador, fruto de la estrecha colaboración entre todas las organizaciones

implicadas. Fue un proceso duro y difícil, pero también fue la clave de nuestro éxito: la coordinación entre TOROC (Comité Organizador de Turín) y los diferentes agentes locales y nacionales resultó muy eficiente. Se centraba en la consecución de un objetivo final compartido y confirmaba el hecho de que toda la clase dirigente creía realmente en una gran renovación de la identidad y vocación de la ciudad, en busca de la posibilidad de llevar a cabo este cambio en términos reales. Este aspecto fue un factor decisivo, aunque aparentemente pudiera parecer sólo un elemento accesorio útil. Fue la visión común de una ciudad que podía ser capaz de explotar los Juegos y sus resultados indirectos.

Si tenemos en cuenta el rol de los grandes acontecimientos en estas dos últimas décadas con respecto a la promoción de ciudades, al menos desde el punto de vista estadístico, parece realmente que impera una relación mutua positiva entre la organización de eventos importantes y la posibilidad de mejorar con éxito el atractivo y la calidad urbana de una ciudad.

Esencialmente, la organización de los Juegos se guió por dos criterios: acelerar una estrategia de desarrollo planificada y efectuar nuevas inversiones duraderas. De hecho, la ciudad había emprendido una gran transformación infraestructural y una importante campaña cultural, por lo que tratamos de desviar los fondos relacionados con el acontecimiento hacia otros proyectos estratégicos ya existentes. Además, los nuevos edificios construidos especialmente para los Juegos fueron concebidos para poder ser utilizados después del evento como viviendas, recintos feriales, instalaciones deportivas, residencias universitarias y viviendas estudiantiles, oficinas, etc.

¿Qué papel desempeñaron los ciudadanos en el proceso de organización de los Juegos?

Jugaron un papel esencial. La mayoría de los 25.000 voluntarios era de Turín. Pedimos a nuestros ciudadanos que aprovecharan la oportunidad de ser anfitriones de un acontecimiento internacional y que disfrutaran del cam-



bio que la ciudad estaba experimentando. La reacción fue magnífica. Los ciudadanos sellaron el éxito de los Juegos con una auténtica atmósfera de euforia y satisfacción. Su participación fue realmente importante: prácticamente todos los turineses tienen alguna anécdota personal que explicar directamente relacionada con los Juegos Olímpicos, y casi siempre es muy positiva. Los Juegos mejoraron considerablemente nuestro llamado “orgullo cívico”, lo que consideramos como uno de los factores más importantes del legado olímpico.

¿Considera que el concepto “Ciudad Educadora” estuvo presente durante la organización y celebración de los Juegos?

La participación ciudadana lo demuestra. Los Juegos fueron un acontecimiento que verdaderamente llegó a formar parte de nuestras vidas y creo que el concepto “Ciudad Educadora” estuvo presente durante la organización y celebración de los Juegos Olímpicos. Además, aparte de organizar el evento, invertimos en crear nuevas infraestructuras y programas destinados a fomentar el deporte para personas de todas las edades y a promover la concienciación sobre el deporte y los valores que éste conlleva. Asimismo, gracias a los Juegos ha aumentado el conocimiento y el interés de los ciudadanos por los deportes de invierno, concretamente los que se practican sobre hielo (no demasiado populares en Italia).

Formar parte de la Asociación Internacional de Ciudades Educadoras implica asumir que en todas las actividades o acontecimientos celebrados, la Administración debe comprometerse a fomentar la participación ciudadana en el proyecto común, a través de instituciones y asociaciones de la sociedad civil, además de la participación espontánea. Pienso que esto fue parte del espíritu olímpico. Los

ciudadanos fueron considerados los actores principales en la organización de los Juegos y escogimos depender de su hospitalidad y amabilidad para acoger al turismo internacional. Nuestra decisión fue acertada y actualmente nos hemos inspirado en este modelo para organizar la celebración del 150 Aniversario de la Unificación de Italia.

¿Cuáles han sido los principales legados de los Juegos en su ciudad y alrededores? ¿Considera que las inversiones efectuadas en la ciudad han sido rentables, teniendo en cuenta su posterior utilización? ¿Puede también hablarnos de los legados intangibles?

La herencia de los Juegos es variada. Como ya he explicado, existe un legado material constituido por las infraestructuras nuevas o renovadas. Todos los edificios olímpicos se están utilizando actualmente con otros fines, desde viviendas sociales hasta la ampliación del recinto ferial. La capacidad de alojamiento turístico de la ciudad ha alcanzado los estándares europeos, gracias a unas estructuras mejores y al mayor número de camas disponibles. Además, el turismo ha aumentado considerablemente, convirtiéndose en un nuevo sector económico. Por otra parte, existe un legado intangible que reside en que ahora el mundo sabe dónde está Turín y en que los turineses han redescubierto su interés por la ciudad.

Citaré otra experiencia positiva: Barcelona, tras los Juegos Olímpicos de 1992, registró un aumento del flujo de turistas del 170% entre 1990/1991 y 2005. Es un ejemplo modélico que ha sido estudiado detenidamente, ya que Barcelona no era conocida por ser una ciudad turística, pero después de los Juegos Olímpicos sufrió un verdadero boom turístico.

En aquella época, en Barcelona no existía un plan estructurado de política turística, mientras que el curso del



desarrollo de la ciudad estaba bastante claro: se trataba de una situación urbana con un potente tejido industrial y que, como todas las zonas industriales, estaba empezando a sufrir los efectos de la transformación de una sociedad fabril.

Durante ese período histórico concreto, Barcelona sintió la necesidad de invertir en la calidad de la ciudad como instrumento para aumentar su atractivo turístico: Barcelona cuenta con el mar y con su propia historia, por lo que trató de agrupar todos sus recursos y explotar los Juegos en esa dirección, iniciando un extraordinario proceso de regeneración. El caso de Barcelona es un ejemplo que todo el mundo ha coincidido en juzgar como un gran éxito.

¿Para lograr un mayor impacto en la ciudad, qué es preferible, promover un gran evento deportivo en un determinado momento, o bien acontecimientos deportivos menos costosos, pero más frecuentes?

Si por impacto consideramos inversiones y visibilidad internacional, la respuesta es, sin duda alguna, un gran acontecimiento. Además, me gustaría añadir que ningún gran evento deportivo puede llegar a tener un impacto tan fuerte en una ciudad como los Juegos Olímpicos: un impacto positivo, si se gestiona bien, o negativo, si algo falla. No por ello se ha de concluir que no sea útil crear un programa rico de acontecimientos deportivos más modestos. Evidentemente, también este elemento es bueno para la imagen de una ciudad, para la calidad en el ámbito recreativo, así como para la concienciación sobre el deporte.

En la transformación progresiva de una ciudad, ¿sería posible trasladar el espíritu de colaboración institucional que conlleva un gran acontecimiento deportivo a otras áreas de acción municipal?

No es fácil, pero es posible. Estoy pensando en los proyectos urbanos a gran escala, en iniciativas culturales y en la gestión de servicios públicos a escala metropolitana. La así llamada “gobernanza” debe ser un objetivo permanente para los administradores públicos y es el mejor instrumento para la estabilidad y eficacia del proceso de desarrollo. Comparado con la naturaleza excepcional de los Juegos y con los retos que éstos comportan, es imposible repetir la misma capacidad de tomar decisiones importantes de forma rápida. De hecho, dentro de contextos ordinarios, se necesitan normalmente más tiempo y más diálogo.

Como organizador de unos Juegos Olímpicos de Invierno, ¿podría señalar algún aprendizaje que desee compartir con otras ciudades?

El aprendizaje más importante que adquirimos de otras ciudades, como Barcelona, fue la necesidad de trabajar en el legado de los Juegos desde el principio. El trabajo consiste en organizar los Juegos de la mejor manera posible, pero el objetivo final es lograr unos beneficios duraderos para la ciudad.

Por otra parte, los Juegos Olímpicos marcaron una fecha límite para otros trabajos públicos, como el metro o las calles peatonales. Fue una oportunidad para decir “démonos prisa; vamos a terminarlo para los Juegos”. Cuando empiezas a respetar las fechas límite, ya no puedes pasar sin ellas. Las buenas prácticas generan un efecto imitativo. Actualmente, Turín ha cambiado para mejor; su calidad de vida en general ha aumentado; ahora la ciudad forma parte de los paquetes vacacionales de operadores turísticos internacionales y se está posicionando como una ciudad de excelencia del conocimiento y para los estudios universitarios. Y los cambios todavía continúan. ●



Steven N. Blair

Profesor del Departamento de
Ciencia del Ejercicio Físico,
Epidemiología y Bioestadística,
Escuela Arnold de Salud Pública,
Universidad de Carolina del Sur
(Estados Unidos)

ENTREVISTA

El Dr. Blair es ex-presidente de la Coalición Nacional para la Promoción de la Actividad Física, del Colegio Universitario Americano de Medicina Deportiva (ACSM) y de la Academia Americana de Kinesiología y Educación Física. Fue el principal editor científico del Informe del Defensor de la Salud de los Estados Unidos sobre Actividad Física y Salud (*U.S Surgeon General's Report on Physical Activity and Health*). Ha recibido numerosos premios, entre ellos, el Premio Honorífico 2003 del Colegio Americano de Medicina Deportiva, el Premio de Investigación 2008 de la Asociación Americana del Corazón, y es una de las pocas personas fuera del Servicio de Sanidad Pública de Estados Unidos que ha recibido la Medalla del Defensor de la Salud (*Surgeon General's Medallion*). El Dr. Blair es Co-Presidente del programa "El Ejercicio es Medicina" y ha publicado más de 450 documentos centrados en sus investigaciones sobre la relación entre la salud y el estilo de vida, con un énfasis especial en el ejercicio, la condición física, la composición corporal y las enfermedades crónicas. Es uno de los científicos del ejercicio más prestigiosos del mundo y ha sido nombrado Doctor Honoris Causa de diferentes universidades de Estados Unidos, Bélgica e Inglaterra. El Dr. Blair ha pronunciado conferencias ante médicos, científicos y otros colectivos en 48 estados de Estados Unidos y 30 países.

**¿Qué nivel de actividad física es necesario realizar a fin de que ésta resulte beneficiosa para nuestra salud?
¿Sirve cualquier tipo de ejercicio físico?**

Un poco de actividad es mejor que ninguna, y más es mejor que menos. Según la política oficial del gobierno de Estados Unidos, un buen objetivo general es acumular a lo largo de la semana 150 minutos de actividad de intensidad moderada, como por ejemplo caminar. Otra alternativa sería dedicar 75 minutos a la semana a una actividad intensa, como por ejemplo correr u otros deportes intensos. Estas cifras las publicó el Departamento de Salud y Servicios Sociales de Estados Unidos hace poco más de un año, como recomendaciones para la práctica de ejercicio físico. El informe fue elaborado por científicos del gobierno, sobre la base del trabajo de un grupo de científicos externos. Se trata de una revisión muy extensa de literatura científica, un informe de casi 700 páginas centrado en las ciencias que sustentan dichos datos. Los estudios epidemiológicos y de control demuestran sobradamente que esta dosis de ejercicio consigue la adaptación fisiológica y es beneficiosa para la salud.

El informe también pone de manifiesto dos aspectos importantes. Por una parte, que se puede combinar la actividad física moderada con la intensa, por ejemplo, dedicar tres días a la semana a caminar 30 minutos cada día y un día dedicarlo a correr durante 30 minutos. Por otra parte, nuestras recomendaciones certifican que hacer más ejercicio puede ser incluso más beneficioso para la salud.

¿Cree que antes de iniciar la práctica de algún deporte es necesario pasar una revisión médica?

En primer lugar, debemos definir claramente el término "deporte". En Europa este término se utiliza de manera

un poco distinta que en Estados Unidos. Nosotros solemos entender por deporte la práctica de alguna actividad de manera competitiva, como jugar al tenis, al baloncesto, etc., mientras que en Europa el deporte engloba una gama más amplia de ejercicios: pasear, correr, jugar a tenis, etc.

Pero, volviendo a la pregunta, creo que es una cuestión difícil y controvertida. Y en esta misma línea, deberíamos preguntarnos qué tipo de revisión médica sería necesaria. En Estados Unidos ni siquiera está claro qué tipo de revisión se ha de efectuar a las personas que practican deportes de competición en función de si son jóvenes, de mediana edad o mayores. No obstante, hay quien opina que hasta los deportistas jóvenes que tienen 18, 20 o 22 años, deberían pasar un electrocardiograma o prueba de esfuerzo, pero yo no acabo de estar conforme con realizar una revisión tan completa.

En mi opinión, si una persona goza aparentemente de buena salud, si no tiene antecedentes de enfermedades crónicas relevantes y decide que quiere empezar a caminar un poco más para mejorar su salud y condición física, no creo que deba consultar previamente con el médico. Por tanto, caminar unos minutos más al día no exige una revisión médica.

Sin embargo, en el caso de una persona de más de 35 años que camina regularmente y decide empezar a entrenar para correr una maratón, la revisión médica es aconsejable, aunque no hay un consenso de opiniones al respecto.

Por otra parte, es evidente que si la persona en cuestión padece una enfermedad cardíaca, hipertensión o diabetes y planea aumentar su actividad física, probablemente deberá consultarlo previamente con su médico.

Un apunte más: si se trata de una persona de más de 50 años, aparentemente saludable, que decide empezar



San Sebastián (España)

a caminar 150 minutos a la semana, pero al salir a pasear nota dolor o malestar en el pecho, no es una buena señal y debería contactar inmediatamente con su médico.

En resumen, no existe un criterio unánime con respecto a este asunto, pero la gran mayoría de adultos (90%) que desea iniciarse en la práctica de actividades de intensidad moderada, como caminar, puede hacerlo sin necesidad de someterse a una revisión médica.

¿Actualmente, cuáles son los principales problemas de salud ocasionados por el sedentarismo?

El sedentarismo es la causa de los principales problemas de salud de la sociedad moderna, entre otros: enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer de mama y de colon, obesidad y atrofia muscular.

¿Existe alguna enfermedad destacable que impida realmente la práctica del deporte?

Años atrás, cuando empezamos con las recomendaciones de actividad física, teníamos una larga lista de enfermedades. A una persona con insuficiencia cardíaca congestiva le habríamos aconsejado no practicar ejercicio alguno. Actualmente, 25 o 30 años más tarde, sabemos que para las personas que sufren fallos cardíacos congestivos la actividad física es también beneficiosa. Creo que prácticamente todo el mundo sale ganando con la práctica regular de ejercicio. Si la persona padece una enfermedad grave, como una afección cardíaca, cáncer, etc., el ejercicio que se le recomendará será un poco diferente y deberá seguir los consejos de su médico, pero no existe prácticamente ninguna enfermedad que impida la práctica de ejercicio físico.

Por lo que respecta a la obesidad, y en realidad también en los casos de enfermedades cardíacas, cáncer de mama, diabetes, etc., la práctica de ejercicio no es la solución definitiva, pero si se practica ejercicio regularmente, la salud general mejora y disminuye el riesgo de muerte. Así pues, el ejercicio no hace desaparecer todos los problemas de salud por arte de magia, pero nos hace más saludables y nos alarga la vida.

¿Qué otro tipo de conductas o estilos de vida son necesarios?

Obviamente, es importante optar por unos hábitos de vida saludables, como no fumar, controlar el estrés, llevar una dieta equilibrada y dormir las horas suficientes.

¿Qué ventajas ofrece la actividad física recreativa practicada en grupo?

La actividad recreativa practicada en grupo resulta atractiva para muchas personas; otras prefieren hacer ejercicio individualmente. Lo más importante es que cada uno encuentre el tipo de actividad que realmente le guste, y estar dispuesto a hacerla. No se sabe todavía con certeza si la actividad física en grupo aporta beneficios adicionales, pero a través de nuestras investigaciones hemos descubierto, y otros investigadores así lo han corroborado, el valor de lo que nosotros llamamos "apoyo social". Para las personas que están intentando adquirir unos hábitos saludables, ya sea la práctica de ejercicio, una dieta o dejar de fumar, el aliento y apoyo de amigos, familiares, compañeros de trabajo u otras personas allegadas tiene para ellos un valor incalculable y es mucho más fácil que lleguen a conseguir estos cambios de estilo de vida.

De hecho, la actividad en grupo sí que sirve de ayuda. Entre salir a pasear solo o con un vecino, aunque los beneficios para la salud probablemente son los mismos, siempre resulta más fácil decidirse a salir si se va en compañía. Los deportes de grupo pueden resultar muy atractivos para muchas personas.

¿Cuáles son las instalaciones más adecuadas para la práctica de actividades físicas o deportivas? ¿La falta de suficientes instalaciones deportivas en las ciudades es un impedimento para la práctica de ejercicio físico?

Las instalaciones más adecuadas dependerán, evidentemente, del tipo de deporte/actividad preferido, de factores culturales, etc. Creo que una de las cosas más importantes que pueden hacer las ciudades es adaptarse y procurar que los ciudadanos puedan pasear o ir en bicicleta cómodamente, así como facilitarles el acceso a las instalaciones recreativas. Con estas medidas resultarían beneficiadas muchas más personas que con una fuerte inversión económica en instalaciones destinadas a los deportes de competición. Desde aquí, animo a las autoridades locales a ofrecer a los ciudadanos más oportunidades para la práctica deportiva, así como a tomar medidas para adaptar sus municipios a las necesidades de los peatones y ciclistas.

¿Qué resulta más beneficioso para la salud, la práctica de actividades en locales cerrados (un gimnasio, por ejemplo), o las actividades al aire libre?

Los escandinavos han observado que con frecuencia la gente se deprime durante sus largos y oscuros inviernos. Existen luces especiales que evitan este fenómeno y la luz solar parece ser efectiva para tratar ciertos estados psicológicos. Según esto, para algunas personas puede ser más



Barcelona (España)



Guadalajara (México)



Loures (Portugal)

beneficioso practicar el deporte en espacios al aire libre, pero me gustaría recalcar que lo más importante es hacer ejercicio, independientemente del lugar escogido.

¿Puede el deporte aportar beneficios psicológicos?

Ya he mencionado anteriormente cuáles son los beneficios físicos, pero es evidente que el ejercicio también es beneficioso para la salud mental. Tenemos pruebas fundamentadas en la investigación que demuestran que el ejercicio es tan efectivo como la medicación para tratar la depresión, y a menudo debería ser un complemento de las visitas a la consulta del psicólogo. Los beneficios psicológicos son evidentes: las personas se sienten mejor y dicen tener más energía. Además, el ejercicio parece mejorar el funcionamiento cerebral, tanto de la infancia como de la gente más mayor. Por consiguiente, el ejercicio regular aporta enormes beneficios a la salud psicológica y mental.

En su opinión, ¿cómo deberían ser las ciudades y los espacios físicos para facilitar una vida activa y el ejercicio físico? ¿Qué sugeriría a las administraciones locales en este aspecto?

Las autoridades públicas tienen la gran responsabilidad de hacer que las ciudades se adapten a las necesidades de los ciudadanos para que éstos puedan desarrollar un estilo de vida saludable. Las administraciones locales deben garantizar que en sus ciudades se pueda caminar cómodamente, que el tráfico no constituya un impedimento para pasear o ir en bicicleta, que haya abundantes parques y zonas verdes, instalaciones deportivas y recreativas siempre disponibles y que el sistema impositivo premie a los peatones/ciclistas y desincentive la utilización del coche y el aparcamiento.

Lo mismo se puede decir de una dieta saludable. Creo que lo que se debería hacer es asegurar la disponibilidad de comida saludable. En Estados Unidos, en las zonas más pobres de muchas de nuestras grandes ciudades, la gente realmente no tiene oportunidades de comprar fruta y verdura frescas. Actualmente se han puesto de moda lo que nosotros denominamos “mercados de los granjeros”. En estos mercados, los granjeros aportan sus productos y, de esta manera, la gente puede comprarlos.

Hay otras cosas que podrían hacer las autoridades públicas, como por ejemplo llevar a cabo programas de intervención en los ámbitos educativo y sanitario y ofrecer asesoramiento para la puesta en práctica de dichos programas en

escuelas y centros comunitarios, ayudando a las personas a aprender cómo adoptar unos hábitos saludable (dejar de fumar, llevar una dieta saludable, practicar ejercicio físico, etc.)

¿Cómo motivaría a los ciudadanos para que practiquen ejercicio?

Promoviendo la práctica de ejercicio físico en la comunidad. Es importante ofrecer programas a los residentes de la comunidad. Ello se puede hacer a través de programas de radio, televisión, o prensa escrita, que aconsejen a la gente sobre cómo iniciar y mantener los programas de ejercicio. Otra opción es ofrecer programas de actividad física en las instalaciones municipales.

Creo que es también importante concienciar a los médicos y a todos los profesionales de la atención sanitaria sobre la importancia del ejercicio para la salud. Nosotros hemos puesto en marcha una iniciativa con la Asociación Médica Americana y el Colegio Americano de Medicina Deportiva, que lleva por nombre “El Ejercicio es Medicina”. Este programa trata de ayudar a los profesionales de la salud a ser más convincentes al hablar con sus pacientes sobre los beneficios del ejercicio físico.

En relación con el sistema educativo, en las escuelas de Estados Unidos cada año se gradúan millones de estudiantes que no saben realmente la importancia que tiene el ejercicio para su salud, y lo mismo ocurre con la dieta. Desde mi punto de vista, fracasamos casi por completo en la educación de nuestros jóvenes en lo que se refiere a estilos de vida saludables, y creo que ésta es una responsabilidad del gobierno.

De su experiencia alrededor del mundo, ¿podría explicarnos una buena práctica llevada a cabo en alguna ciudad que Vd. conozca?

En mi opinión, los holandeses han adoptado un buen enfoque, concretamente en la ciudad de Amsterdam. En Amsterdam hay carriles especiales para los tranvías que facilitan el uso del transporte público, un carril para bicicletas, un espacio peatonal y también un espacio para los coches. En la plaza Damm hay un aparcamiento repleto de miles de bicicletas: hay más bicis aparcadas allí que en muchas ciudades enteras de Estados Unidos. Se trata de un excelente ejemplo de ciudad compatible, adaptada para caminar o ir en bicicleta, con parques y espacios verdes. Los urbanistas y las autoridades municipales deberían plantearse seriamente estos aspectos, e incluso en Amsterdam probablemente quedan muchas cosas por mejorar. ●

Christina Ramberg

Directora de Planificación Medioambiental del
Ayuntamiento de Göteborg (Suecia)



ENTREVISTA

Christina Ramberg, licenciada en Ingeniería Química, es Directora de Planificación Medioambiental del Departamento Municipal de Medio Ambiente de Göteborg. Fue responsable del desarrollo de los programas ambientales de los Campeonatos Mundial y Europeo de Atletismo celebrados respectivamente en 1995 y 2006 en la ciudad de Göteborg. Actualmente se dedica principalmente al desarrollo de proyectos medioambientales internacionales o financiados por la Unión Europea sobre la organización de “eventos verdes” (greening events), el cambio climático, la eficiencia energética, programas de formación y educación, etc.

¿Cómo compaginar deporte y sostenibilidad en las actividades deportivas planificadas por las autoridades municipales? ¿Se tiene en cuenta el medio ambiente?

Si me remito a la situación en Göteborg a mediados de los 90, la relación entre deporte y medio ambiente no estaba muy clara. Empezamos a abordar este tema hacia 1994, ya que en 1995 nuestra ciudad iba a ser anfitriona del Campeonato Mundial de Atletismo y el Departamento de Medio Ambiente propuso que la sostenibilidad debía jugar un papel destacado en el campeonato. Así fue como empezamos a trabajar para aumentar la sensibilización sobre el tema. Convencer a las entidades organizadoras llevó un poco de tiempo, pero pronto aceptaron nuestras propuestas. Actualmente, existe un mayor entendimiento sobre el deporte y el medio ambiente o la sostenibilidad.

¿Cómo se debe equipar el entorno urbano para la práctica de actividades deportivas con el fin de preservar la calidad ambiental?

En lo que se refiere a la práctica del deporte, tanto en espacios al aire libre como en locales cerrados, es importante contar con el material apropiado, de manera que las personas tomen conciencia fácilmente de las acciones ambientales que se llevan a cabo. Por ejemplo, colocar contenedores para el reciclaje de residuos y la recogida selectiva de papel, plásticos, metal, etc., utilizar fuentes de energía respetuosas con el medio ambiente, como por

ejemplo, placas solares y molinos de viento para generar electricidad, combustibles renovables como el biogás para las calefacciones, etc. y utilizar materiales de construcción ecológicos. Asimismo, es importante tener un buen servicio de transporte público de baja emisión de gases, así como conservar las zonas verdes alrededor del estadio o en su proximidad y mantener informados a los ciudadanos y a los visitantes acerca de las medidas ambientales, para que puedan seguir las “reglas”.

¿Qué tipo de evento deportivo exige mayor acción preventiva por parte de las entidades organizadoras?

Todos los grandes acontecimientos exigen acciones preventivas, ya que causan un gran impacto ambiental. Un gran evento deportivo comporta una gran afluencia de personas y la celebración de otros festivales públicos, por lo que es necesaria una acción de prevención especial. Pero también es muy importante empezar a abordar el impacto ambiental de los eventos culturales o deportivos de menor escala, ya que éstos también tienen un impacto ambiental y ofrecen la posibilidad de aprender cómo gestionar los aspectos relacionados con el medio ambiente.

¿Qué impacto ambiental puede ocasionar un gran evento deportivo?

Los grandes acontecimientos deportivos, como los Campeonatos Mundiales o de Europa de Atletismo, fútbol u





otros deportes, provocan impactos ambientales, como son: una mayor emisión de gases con efecto invernadero, contaminación del aire, contaminación acústica, mayor consumo de energía y un aumento de residuos.

¿Cuáles son los principios básicos de sostenibilidad a tener en cuenta en los eventos deportivos?

En la organización de un evento, es importante seguir unos criterios de sostenibilidad, por ejemplo, que todo el material utilizado tenga un bajo impacto ambiental, concretamente sobre la calidad del aire o del agua, la emisión de gases con efecto invernadero o el ruido.

También es muy importante facilitar información a todos los ciudadanos y a los visitantes sobre qué criterios ambientales se han adoptado, así como informar y formar a los funcionarios públicos.

¿Qué beneficios aporta la organización de eventos sostenibles? ¿Las medidas de sostenibilidad suponen una carga económica para las entidades organizadoras?

Si una organización o un Ayuntamiento se encargan de organizar un gran evento, es muy importante que hagan visibles sus acciones ambientales, es decir, que demuestren que existe una política ambiental, un programa de acción y un seguimiento de dicho programa. Ello les puede brindar la oportunidad de organizar otros eventos en el futuro, ya que han cumplido con las recomendaciones medioambientales.

Actualmente, las entidades organizadoras no consideran que las medidas de sostenibilidad sean una carga económica ya que éstas también generan unos beneficios a medio y largo plazo. En lo que se refiere a la organización de grandes eventos, estas medidas ofrecen a la entidad organizadora la oportunidad de competir por la adjudicación de nuevos eventos en la ciudad. Un gran acontecimiento internacional o nacional, que incluya acciones ambientales, generará beneficios económicos a las entidades organizadoras. Por tanto, no creo que actualmente se piense que la aplicación de medidas sostenibles sea una carga económica.

¿Deberían los gobiernos locales establecer una normativa vinculante para controlar los eventos deportivos, o considera más conveniente una guía de buenas prác-

ticas ambientales para sensibilizar a todas las partes implicadas en el proceso?

En mi opinión, para organizar un gran evento son más útiles unas directrices o manuales sobre cómo gestionar los aspectos relacionados con el medio ambiente que las leyes y normativas. En Göteborg, hemos intentado trabajar de manera que los organizadores acepten voluntariamente tener en cuenta la sostenibilidad y les hemos proporcionado ideas y consejos al respecto. También hemos desarrollado un sistema de certificación, menos riguroso que los certificados ISO o EMAS. Si los organizadores cumplen ciertos requisitos de sostenibilidad, reciben un Certificado Ambiental del evento. En la práctica, hemos constatado que resulta más fácil contar con la colaboración de los organizadores si se les motiva positivamente. Este certificado ambiental les permite demostrar que cuentan con la aprobación del departamento de medio ambiente de la administración local. Iniciamos esta acción en 1995 y hemos ido desarrollando el sistema de certificaciones hasta aplicarlo incluso a otros sectores, pero sabemos que es una buena solución especialmente para la organización de eventos. En el caso de un gran acontecimiento deportivo, como los Juegos Olímpicos, los certificados ISO o EMAS son más apropiados, pero si se trata de otro tipo de eventos, un sistema más sencillo es suficiente. Por lo tanto, para nosotros disponer de sistemas de certificación y de directrices ha sido la mejor solución.

Por supuesto, nosotros cumplimos la normativa vigente, si es aplicable, como por ejemplo, en el caso de la manipulación de alimentos. Con respecto al sistema de certificación, ante todo hay que cumplir la ley y, de acuerdo con ésta, hacemos nuestras recomendaciones sobre lo que se debe hacer para conseguir el certificado. Tenemos unos criterios sobre transporte, producción y consumo de energía, uso de sustancias químicas, etc. y tratamos de mejorar el trabajo de las entidades organizadoras desde el punto de vista de la sostenibilidad, añadiendo otros requisitos que van más allá de la normativa vigente.

¿Podría darnos algún ejemplo de los aspectos que incluyen estas directrices?

Las directrices para la organización de eventos incluyen, entre otros, los siguientes aspectos:

- Transporte - tenemos en cuenta todos los tipos de transporte: el transporte del público asistente, de los atletas y jugadores y el transporte de distribución.
- Consumo de energía y eficacia - cómo tratar los aspectos relacionados con la energía de una manera más respetuosa con el medio ambiente y, por supuesto, la gestión de las emisiones de gases con efecto invernadero.
- Tratamiento de residuos - facilitar la recogida selectiva.
- Manipulación de alimentos - la manipulación de alimentos en las condiciones higiénicas adecuadas marcadas por la normativa vigente y además, unas recomendaciones para utilizar y ofrecer alimentos ecológicos.
- Envases ligeros - de papel o material biodegradable.
- Conservación de las zonas verdes.
- Formación e información - formar a los funcionarios públicos y proporcionar información a los ciudadanos y visitantes acerca del evento.

He mencionado tan sólo algunos ejemplos. Cuando se trata realmente de un gran evento, también se incluyen aspectos como la venta de regalos y recuerdos y el uso de sustancias químicas.

¿La sostenibilidad en el deporte en el ámbito municipal es un asunto que compete al Departamento de Deportes, al Departamento de Medio Ambiente, a otros? ¿Es necesaria la coordinación entre los distintos departamentos?

Actualmente, en nuestra ciudad, son varios los departamentos implicados en este tema. En un principio, el Departamento de Medio Ambiente fue quien sugirió incluir unos requisitos ambientales en los eventos de este tipo, pero, en realidad, existe una buena relación de cooperación no sólo entre los Departamentos de Deportes y de Medio Ambiente, sino entre otros. Los grandes eventos, tanto deportivos como de otra índole, atraen a muchos turistas, por lo que la colaboración entre los distintos departamentos es indispensable (turismo, deportes, medio ambiente, transporte, tratamiento de residuos, etc.). En Göteborg, por lo menos, cuando se organiza un gran acontecimiento, se forma un grupo especial de trabajo integrado por representantes de diferentes departamentos. En el caso de eventos de menor relevancia, como mínimo el Departamento de Deportes y el Departamento de Medio Ambiente trabajan en colaboración.

¿Qué criterios deben regir las relaciones con asociaciones deportivas o medioambientales?

Lo más importante es trabajar en equipo y tratar la sostenibilidad desde el principio, ya que es un asunto que no se puede abordar sólo unas semanas antes de que tenga lugar el acontecimiento. Se debe empezar a trabajar sobre el tema con dos o más años de antelación y es muy importante establecer una relación de colaboración como mínimo entre las organizaciones deportivas de la ciudad y el departamento de medio ambiente. Las asociaciones medioambientales, además, también están invitadas a participar.



¿Qué aspectos deberían abordarse en las campañas de sensibilización o de formación dirigidas a los organizadores de eventos? ¿Y en las dirigidas al público aficionado?

No estoy segura acerca de la necesidad de organizar una campaña, pero lo que sí es imprescindible es demostrar que los eventos en nuestra ciudad se basan en los principios de sostenibilidad. Asimismo, es importante ofrecer esta información a todos los medios de comunicación que seguirán el desarrollo del evento.

La formación de los funcionarios públicos implicados, así como la de los voluntarios y de todas las personas que trabajan en las entidades organizadoras del evento debe estar integrada en el proceso organizativo. Las sesiones de formación deben tener en cuenta todos los criterios mencionados anteriormente con respecto a la recogida selectiva de residuos, transporte, manipulación de alimentos, uso de sustancias químicas, materiales de construcción, producción y consumo de energía, etc.

Por lo que respecta a los espectadores, reconozco que formarles puede ser muy difícil. No obstante, se les debe facilitar información sobre las reglas y normativas del estadio o de la sede del evento, como por ejemplo, que no pueden tirar los papeles o los envases en cualquier lugar, y que deben respetar las normas. Lo más importante es facilitarles la información y mostrarles dónde pueden encontrar los contenedores de recogida selectiva, etc. Otra idea que podría resultar efectiva sería contar con la colaboración de un futbolista famoso o de un destacado atleta que defendiera los principios de sostenibilidad. Si se celebra en la ciudad un gran evento, como el Campeonato de Europa y uno de los grandes ídolos nacionales del deporte se proclama defensor de la recogida selectiva o de otros aspectos relacionados con la sostenibilidad, puede ser un buen referente para los aficionados. ●

A blue-tinted portrait of Johann Olav Koss, a man with glasses and a suit, smiling. He is holding a soccer ball in his left hand. The ball has the text "LOOK AFTER YOURSELF" and "LOOK AFTER ONE A" visible on it.

Johann Olav Koss

Presidente y Director General de "Derecho a Jugar"
Toronto (Canadá)

ENTREVISTA

Johann Olav Koss es fundador de “Derecho a Jugar” (*Right To Play*), una organización humanitaria internacional que utiliza el deporte y el juego para mejorar la salud, desarrollar habilidades y promover la paz entre las niñas y niños de las regiones más desfavorecidas del mundo. Johann ha sido uno de los mejores patinadores de velocidad de todos los tiempos, ganador de 5 medallas olímpicas y 11 récords mundiales batidos a lo largo de su carrera como deportista.

Johann empezó su trabajo humanitario en 1993 como Embajador de Ayuda Olímpica. En 1994 fue elegido Representante Especial de UNICEF para el Deporte y en el año 2006 fue nombrado Embajador de dicha organización. Johann ha trabajado para convertir Derecho a Jugar en una organización no gubernamental reconocida internacionalmente y líder en el ámbito del Deporte para el Desarrollo. Actualmente, Derecho a Jugar organiza y lleva a cabo programas de desarrollo para la infancia y comunitarios en más de 20 países de África, Asia y Oriente Medio, en colaboración con diversas instituciones internacionales.

Johann ha sido distinguido con diferentes premios y nombramientos, entre otros: “Deportista del año” por la revista americana *Sports Illustrated*; el Premio Jesse Owens; el Premio de la Fundación Internacional de Atletismo, y el Premio Humanitario Jackie Robinson. En 1996 recibió el premio “Child Survival” otorgado por el Centro Carter de Atlanta y poco después, ese mismo año, el Premio Honorífico de UNICEF, con motivo de la celebración del 50 Aniversario de esta organización. También ha sido nombrado “Líder del Mañana” por la revista *TIME*, “Joven Líder Global” por el Foro Económico Mundial y más recientemente, Miembro Honorífico de la Asociación Ashoka.

Johann es licenciado en Medicina por la Universidad de Queensland y posee un Master en Administración y Dirección de Empresas (MBA) de la Rotman School of Management de la Universidad de Toronto.

¿Cuál debería ser el papel de las instituciones locales para fomentar la paz a través del deporte? ¿Qué funciones tienen las asociaciones internacionales como Derecho a Jugar?

Las instituciones locales son los instrumentos para garantizar la implementación efectiva de los programas de deporte que tienen por objetivo promover la paz. En el ámbito comunitario, las instituciones locales cuentan con recursos para proporcionar el conocimiento y la experiencia con respecto a las necesidades de la comunidad y son importantes aliados a la hora de desarrollar y poner en práctica los programas de deporte y juego en el ámbito local.

En comunidades afectadas por guerras, las organizaciones internacionales pueden ser muy efectivas ya que pueden mantenerse neutrales. En épocas de conflicto, las instituciones locales podrían ser utilizadas como instrumentos políticos para manipular la dinámica del poder, lo que podría sembrar la desconfianza entre algunos miembros de la comunidad. En estos casos, generalmente es más fácil para las organizaciones internacionales como Derecho a Jugar mantenerse neutrales y, por tanto, iniciar intervenciones con el objetivo de promover la paz y la reconcilia-

ción. Aunque la experiencia local es sumamente importante en todas las intervenciones humanitarias, las organizaciones internacionales poseen una gran variedad de recursos, experiencia y saber hacer que las hace muy valiosas en los esfuerzos locales para lograr la paz. A pesar de que nunca se dan dos situaciones idénticas, las organizaciones internacionales normalmente son capaces de trasladar y aplicar las lecciones aprendidas de un contexto a otro y conseguir muy buenos resultados.

Idealmente, las organizaciones internacionales deberían trabajar en tándem con las instituciones locales para lograr unos objetivos comunes. Ello aumentaría la fuerza y efectividad de la intervención y, en mi opinión, sería más fácil contribuir de manera efectiva a lograr la paz y la reconciliación a largo plazo.

En la práctica, ¿cuál ha sido el impacto de las recomendaciones elaboradas por el Grupo Internacional de Trabajo sobre Deporte para el Desarrollo y la Paz?

El Grupo Internacional de Trabajo sobre Deporte para el Desarrollo y la Paz es una iniciativa política de alto nivel que surgió del Grupo de Trabajo sobre el Deporte para el



Johann Koss se une a las actividades de Deporte y Juego en Uganda



Fomentando el trabajo en equipo, la confianza y el respeto



Programa Derecho a Jugar en Perú

Desarrollo de la ONU (*UN Inter-Agency Task Force on Sport for Development*). Inició su labor en el año 2004 con la participación de solo unos pocos países. En el 2008 la participación había aumentado hasta incluir a 59 gobiernos, 10 agencias, programas y fondos de la ONU y numerosos representantes de la sociedad civil.

Como Secretariado del Grupo Internacional de Trabajo sobre Deporte para el Desarrollo y la Paz durante el período 2004-2008, Derecho a Jugar concentró todos sus esfuerzos en conseguir el primer mandato del grupo de trabajo, desarrollando y presentando a los gobiernos recomendaciones de actuación que señalaban cómo incluir el deporte como instrumento para el desarrollo dentro de las estrategias de desarrollo nacionales e internacionales. En el año 2008, en una reunión al margen de los Juegos Olímpicos de Verano, presentamos un informe innovador titulado "Aprovechar el Poder del Deporte para el Desarrollo y la Paz: Recomendaciones a los Gobiernos". Este informe, el primero de este tipo, demostraba que las políticas y programas bien diseñados centrados en los valores positivos del deporte pueden impulsar objetivos de desarrollo, y presentaba pruebas consolidadas y actualizadas de los beneficios del deporte en algunas áreas temáticas, como por ejemplo: la salud y la prevención de enfermedades; el desarrollo y la educación de la infancia y la juventud; la igualdad de género; la inclusión, y el fomento de la paz. El informe también recogía unas recomendaciones específicas de política y programas dirigidas a los diferentes ministerios implicados en estas áreas concretas, además de otras recomendaciones prácticas de alto nivel que todos los países podían adoptar.

Las recomendaciones del informe han sido muy bien acogidas. De hecho, para nosotros ha sido un desafío poder atender todas las solicitudes recibidas para su distribución y actualmente nos estamos planteando traducir el informe a otros idiomas. Para mí es una gran satisfacción poder decir que las recomendaciones del informe han sido presentadas y debatidas en importantes reuniones y eventos internacionales y que han circulado por organismos de influencia clave, como la Commonwealth, la Comisión Europea, la Unión Africana y la Asamblea General de Naciones Unidas. Cabe destacar que en la 63ª sesión de la Asamblea

General de la ONU, los Estados Miembros aprobaron una resolución que animaba al uso del deporte como instrumento para fomentar la educación, la salud, el desarrollo y la paz. Esta resolución no sólo reconocía explícitamente nuestras recomendaciones sino que además, daba un paso más hacia delante al animar a los Estados Miembros a ponerlas en práctica.

Aunque todo cambio político lleva su tiempo, en los últimos años hemos podido observar que algunos gobiernos incrementan las partidas de presupuesto destinadas a los programas de Deporte para el Desarrollo y la Paz. También hemos podido constatar la incorporación del deporte y la actividad física en programas curriculares educativos y, en ocasiones, en estrategias nacionales destinadas a reducir la pobreza. Asimismo, como resultado de las recomendaciones, se ha producido un mayor reconocimiento por parte de los gobiernos de cómo el deporte puede contribuir a la consecución de los Objetivos de Desarrollo del Milenio de las Naciones Unidas.

Con el nuevo mandato del Grupo Internacional de Trabajo sobre Deporte para el Desarrollo y la Paz actualmente en manos de Naciones Unidas, existe un gran potencial de apoyo para lograr que los Estados Miembros incorporen la política de las recomendaciones. Sabemos que algunos gobiernos necesitarán asistencia, por lo que el primer paso será facilitar el traspaso de la experiencia técnica y de los recursos financieros y logísticos necesarios para contribuir a la puesta en práctica de dichas políticas. Esperamos estar estrechamente implicados en este proceso y nos gustaría empezar por identificar a los gobiernos pioneros en este aspecto, para poder elaborar estudios de casos que ilustren sus éxitos.

¿De qué maneras se puede utilizar el deporte para fomentar la paz y qué valores se pueden transmitir a través del deporte?

Por mi experiencia personal en mis visitas a comunidades afectadas por guerras y conflictos y actualmente a través de mi trabajo en Derecho a Jugar, he aprendido mucho acerca del valor social del deporte y de cómo puede contribuir a la paz. Utilizado de manera efectiva, creo que el deporte puede promover la paz de muchas maneras.



Campamento Umpium de Tailandia



Ruanda, Día de la Infancia Africana

Dada su popularidad y atractivo universales, los programas de deporte constituyen una excelente forma de estimular las relaciones interpersonales. Los programas de deporte proporcionan el “gancho” inicial necesario para reunir y acercar grupos adversarios. De esta forma, el deporte puede ayudar a construir relaciones entre grupos rivales y con el tiempo, infundirles un sentimiento de identidad compartida.

El deporte también puede contribuir al desarme y a la desmovilización en situaciones post-conflicto, así como a la reinserción de excombatientes en sus comunidades. Los programas de deporte actúan creando experiencias compartidas entre los individuos excluidos y sus comunidades, ofreciendo a las personas marginadas un objetivo y promoviendo un sentimiento de pertenencia, lo que puede llevar a disuadirles de enrolarse en bandas armadas y milicias. Las actividades deportivas regulares también pueden contribuir a recuperar el sentido de la normalidad en comunidades que viven los efectos derivados de una guerra, proporcionándoles unos espacios seguros en donde identificar y abordar los traumas psico-sociales.

Los programas de deporte son igualmente instrumentos de salud psico-social y bienestar comunitario en escenarios donde no hay un conflicto activo y pueden ayudar a evitar que el conflicto desemboque en una escalada de violencia. Los programas de deporte efectivos, diseñados para ser inclusivos y accesibles a todos los miembros de la comunidad, aumentan la calidad de vida y fomentan la cohesión social. De esta forma, el deporte puede unir a personas social, económica y culturalmente divididas y, con el tiempo, conseguir minimizar las diferencias percibidas.

Para la infancia y la juventud en concreto, los programas de deporte y juego son extraordinariamente beneficiosos. Con la participación en actividades deportivas bien diseñadas y dirigidas por entrenadores y líderes específicamente preparados y cualificados, las niñas y niños y jóvenes pueden adquirir habilidades transferibles necesarias para superar con éxito las etapas de transición más importantes de la vida. A través de la participación en el deporte, aprenden actitudes y valores de liderazgo, a comunicarse y trabajar en equipo y a resolver los conflictos pacíficamente. A través del contacto regular con un referente adulto que

actúa como modelo, también ganan auto-confianza y son más conscientes como individuos, lo que les sitúa en una trayectoria de vida positiva que puede complementar los esfuerzos a largo plazo para lograr la paz.

¿Sirve cualquier actividad deportiva para alcanzar los objetivos en favor de la paz? ¿De qué depende la efectividad de las acciones?

En Derecho a Jugar organizamos programas de deporte y juego teniendo en cuenta unos resultados específicos de desarrollo y paz. Si los programas se diseñan para obtener unos resultados específicos, creo que tienen más posibilidades de llegar a conseguir los objetivos marcados. Ello no implica, sin embargo, que otros enfoques no puedan igualmente fomentar la paz. Si se diseñan y aplican de manera efectiva, creo que hay muchos tipos de programas de deporte que pueden contribuir a un cambio social positivo. Dicho esto, hay ciertas características que deben priorizarse en todo programa de deporte bien diseñado.

En primer lugar, los programas de deporte destinados a fomentar la paz deben priorizar los valores positivos del deporte. Estos valores incluyen características como el juego limpio, el trabajo en equipo, la inclusión, el respeto por el adversario y la cooperación. Los programas que se centran en estos valores, por encima y más allá del aspecto competitivo y de vencer a toda costa, tienen muchas más probabilidades de conseguir los resultados esperados.

En segundo lugar, los programas de deporte y juego deben ser impartidos por entrenadores y líderes debidamente preparados para poder ejercer de referentes positivos para los participantes. Muchos jóvenes, especialmente durante la adolescencia, pierden la motivación y las ganas de participar en programas de deporte y juego regulares si no se sienten apoyados por referentes adultos y compañeros de grupo. Los entrenadores y líderes deben ser conscientes del papel que desempeñan y esforzarse en crear unos entornos positivos que propicien el aprendizaje y el desarrollo.

Por último, los programas deben llevarse a cabo en espacios seguros, accesibles y totalmente inclusivos. Deben estar adaptados para poder incluir a las personas discapacitadas y, en el caso de áreas post-conflictivas, a las personas que se están recuperando de los traumas y heridas



A través de programas deportivos inclusivos, niños con y sin discapacidades ganan confianza y mejoran su salud

provocados por la guerra. Asimismo, los programas deben ofrecerse en entornos accesibles que respeten la cultura y las circunstancias únicas de cada comunidad.

¿Puede explicarnos el impacto de algunas experiencias que Vd. conozca llevadas a cabo con éxito en este aspecto?

Derecho a Jugar empezó a poner en práctica actividades deportivas y lúdicas en campos de refugiados hace aproximadamente unos 10 años, como una manera de tender la mano a la infancia y la juventud afectadas por la guerra. Actualmente estamos trabajando con refugiados y desplazados internos en doce países. Los resultados de las valoraciones efectuadas sobre nuestros programas en países en situación de riesgo, como Azerbaiyán, Benín, Mali, Ruanda, Sierra Leona, Tanzania y Cisjordania, han demostrado que nuestro enfoque en favor de la paz está ayudando a reducir los conflictos en el ámbito comunitario, así como a aumentar las capacidades individuales para resolver conflictos de manera cooperativa.

Al mismo tiempo, también trabajamos de manera activa en defensa de la paz mundial. En Líbano, por ejemplo, durante la celebración de los Juegos por la Paz Mundial del 2008, colaboramos con organizaciones locales y nacionales para reunir a más de 550 niñas y niños refugiados de Líbano, Palestina e Irak para firmar el Manifiesto de la UNESCO por la "Paz y la No Violencia en la Educación". Al firmar el Manifiesto delante de las autoridades locales, estas niñas y niños expresaban públicamente su compromiso con la no discriminación y el respeto, renunciando a cualquier forma de violencia y defendiendo la libertad de expresión, la parti-

cipación abierta, etc.

Creemos que las intervenciones para lograr la paz exigen la implicación de toda la comunidad y por ello trabajamos para conseguir la participación de padres, tutores, representantes de la comunidad y gobiernos en todos nuestros programas e iniciativas. Trabajamos orgullosos junto a colaboradores nacionales y locales, entre otros: Ministerios de Educación, autoridades municipales, así como delegaciones locales e internacionales del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR) y la Agencia de Socorro y Trabajo de la ONU para los Refugiados de Palestina (UNRWA). Recientemente, una valoración de un programa de esta última organización en Palestina revelaba que en las escuelas que ponían en práctica nuestro programa educativo se reducían las situaciones de violencia entre los estudiantes.

¿Es factible la intervención a través del deporte en áreas violentas o en zonas en guerra?

Cualquier intervención en una región afectada por la guerra implica grandes retos y, por supuesto, las intervenciones a través del deporte y el juego no son una excepción. En zonas que están en guerra, el deporte puede actuar como un poderoso agente para ofrecer una tregua al conflicto y abrir brevemente una ventana a las medidas temporales de ayuda y socorro. La Tregua Olímpica adoptada por Naciones Unidas todos los años olímpicos es un buen ejemplo. Históricamente, la Tregua Olímpica se creó para que todos los atletas pudieran viajar totalmente a salvo por las naciones en guerra hasta llegar y posteriormente regresar de la sede de los Juegos. Más recientemente, la



Las actividades deportivas y lúdicas ofrecen la oportunidad de trabajar en un objetivo común

Tregua se ha convertido en un símbolo del poder del deporte como agente pacificador. Durante los Juegos Olímpicos de Lillehammer de 1994, por ejemplo, la Tregua impulsó un alto en el conflicto de Bosnia lo suficientemente largo para permitir la vacunación de 10.000 niñas y niños bosnianos. Igualmente, en Sudan la Tregua logró un alto el fuego entre el gobierno sudanés y un grupo armado de la oposición. Estos ejemplos, aunque alentadores, no son muy frecuentes. No debemos olvidar que el deporte por sí solo no puede resolver años de conflicto o acabar con las guerras entre naciones. Estos ejemplos demuestran la capacidad que tiene el deporte para actuar como catalizador en favor de la paz, pero es importante señalar que en la mayoría de zonas en guerra las intervenciones específicamente deportivas normalmente no son factibles.

En las zonas en guerra, la realidad es que con frecuencia se deben priorizar los esfuerzos de respuesta a emergencias por encima del deporte. En estos países, niños, personas adultas y comunidades enteras deben hacer frente a grandes riesgos que atentan contra su seguridad y bienestar. En estas circunstancias, los requisitos previos fundamentales para desarrollar programas de deporte efectivos (es decir, espacios de reunión seguros, nutrición básica, infraestructura física, etc.) no están presentes y por tanto, no es aconsejable iniciar una intervención deportiva sin previamente haber efectuado una valoración profunda sobre el terreno de la realidad.

En regiones en las que la violencia activa ha cesado, las intervenciones deportivas son una excelente manera de apoyar los esfuerzos pacificadores encaminados a potenciar el proceso de desarme, la reconciliación y fomentar

la recuperación. El deporte resulta especialmente efectivo para la integración de las víctimas de la guerra, como los niños-soldado, en sus comunidades, así como para infundir fuerza moral y auto-confianza en todas aquellas personas que han sufrido directamente la violencia.

¿Conoce algún caso en el que las acciones de cooperación deportiva hayan sido rechazadas por parte de alguna ciudad en situación especial?

No conozco ningún caso en que las acciones de cooperación deportivas hayan sido rechazadas por la comunidad, lo cual no significa que no haya sucedido alguna vez. Mi consejo en este campo sería garantizar que las intervenciones deportivas estén bien elaboradas desde el principio y que se lleven a cabo los análisis y valoraciones pertinentes antes de iniciar un nuevo programa. Los programas deben diseñarse conjuntamente con los colaboradores y expertos locales encargados de su puesta en práctica, con el fin de garantizar que se ajusten a las necesidades expresadas por la comunidad y que tengan en cuenta la cultura local. Los programas que no cumplen estos requisitos corren el riesgo de ser rechazados por la ciudad o comunidad en cuestión.

¿Qué aspectos deben contemplarse necesariamente a la hora de establecer políticas de cooperación para lograr la paz a través del deporte?

El cambio político es esencial para apoyar los esfuerzos en favor de la paz, pero este cambio no será nunca efectivo si los procesos para la paz no reciben un fuerte apoyo desde los ámbitos programático y cívico.

Como punto de partida, los gobiernos, en calidad de miembros de la Asamblea General de Naciones Unidas, pueden apelar y alentar a los grupos armados de la resistencia implicados en los conflictos a respetar la Tregua Olímpica. Ello ofrecería a las partes en guerra la oportunidad de considerar soluciones no violentas.

Los gobiernos también pueden hacer referencia explícita al deporte como instrumento pacificador en las políticas nacionales relacionadas con los procesos para la paz. Esta medida aumentaría la concienciación sobre el potencial del deporte y facilitaría su inclusión en estrategias internacionales para la paz más amplias.

Asimismo, los países deberían reconsiderar la forma de utilizar el deporte para construir nación, con el fin de garantizar que los mensajes que se promuevan no provoquen sentimientos negativos hacia grupos contrarios o hacia los foráneos.

Por último, los países deben comprometerse a abordar la paz en el ámbito personal y en el ámbito político-social. Los esfuerzos que únicamente van dirigidos a uno de estos ámbitos corren el riesgo de no tener un impacto perceptible sobre la paz duradera. Los programas que fomentan la confianza y las relaciones entre las personas pueden tener un efecto transformador en las actitudes y percepciones de la comunidad. Para aprovechar estas ventajas, se anima a los gobiernos a trabajar directamente con las instituciones locales y la organización ejecutora especializada con el fin de aumentar y fomentar la respuesta en el ámbito político-social. ●



El rol social del deporte. Repercusiones en la política deportiva local

Paul De Knop y Marc Theeboom

Departamento de Política y Gestión del Deporte, Vrije Universiteit Brussel (Bélgica)

ARTÍCULO

La creencia que el deporte desempeña un rol social más amplio ha llevado a numerosos gestores municipales de política deportiva, a contemplar el deporte desde una perspectiva general de bienestar. Dado que el deporte organizado tan solo desempeña una función limitada en el marco de una política más inclusiva, las iniciativas deportivas que se organizan de forma alternativa (como, por ejemplo, los “deportes de barrio” en Flandes) ofrecen nuevas oportunidades para llegar a grupos sociales específicos socialmente desfavorecidos.

Introducción

La práctica deportiva se ha asociado a diversos significados y funciones sociales (Hoyng *et al.*, 1998). Dichas funciones se sitúan tanto en el ámbito personal como en el social y están relacionadas, entre otras cosas, con la mejora de la salud, la democratización, la identificación y el valor económico y político. Por ejemplo, en la última década se ha afirmado en numerosas ocasiones que el deporte puede contribuir al desarrollo del capital social, lo que a la larga ayudará a las personas a convertirse en mejores ciudadanos. De acuerdo con diversos estudios realizados, la participación en actividades deportivas parece tener una relación inversamente proporcional a actitudes antisociales como el etnocentrismo, el individualismo, la desconfianza política, el tradicionalismo y los sentimientos de inseguridad (Scheerder *et al.*, 2006). Asimismo, se ha comprobado que las personas que practican deporte tienen una mayor confianza en los demás en comparación con las personas inactivas (Breedveld y van der Meulen, 2002), y que la práctica deportiva aumenta el compromiso cívico en comparación con otras actividades lúdicas (Uslaner, 1999).

En numerosas ocasiones se ha constatado que la participación en actividades deportivas organizadas, en concreto, puede desempeñar un papel importante en este ámbito. Por ejemplo, se considera que la afiliación a asociaciones deportivas favorece la cohesión de grupo (Elchardus *et al.*, 2001) y, según Putnam (2000), las organizaciones deportivas pueden incluso contribuir a la (re)construcción de la cohesión social en las sociedades individualizadas de hoy en día.

En consecuencia, desde los años noventa se constata en numerosos países una mayor apuesta por este amplio rol social del deporte. Se han organizado campañas de concienciación en diferentes ámbitos para hacer hincapié en el valor social del deporte e incentivar a los diversos agentes del sector de los deportes para que desempeñen un papel más activo en este propósito. Por ejemplo, la Comisión Europea designó el año 2004 como el “Año Europeo de la Educación a través del Deporte” y las Naciones Unidas proclamaron el año 2005 como el “Año Internacional del

Deporte y la Educación Física”. En ese mismo año, se recurrió al sector deportivo para que contribuyese a trabajar por la paz mundial y a respaldar los objetivos del Milenio de las Naciones Unidas (2005). Por ejemplo, en este contexto se han organizado un número creciente de “proyectos de promoción del deporte” en países en desarrollo destinados a ofrecer oportunidades complementarias para la educación de la juventud y el desarrollo comunitario, así como para dar apoyo a la lucha contra el VIH/sida (Kruse, 2006).

Esta creencia en un rol social más amplio del deporte ha motivado un cambio en los objetivos de un número cada vez mayor de gestores municipales de política deportiva, que han pasado de considerar la promoción del deporte desde una perspectiva centrada exclusivamente en la mejora de la salud (física) a hacerlo desde una perspectiva más amplia de bienestar social (De Graaff, 1996). De forma gradual se ha pasado de considerar el deporte simplemente como una forma de incrementar la actividad física de las personas, a considerarse como un medio para mejorar la situación de grupos sociales específicos (por ejemplo, como vía de integración social y de participación de grupos socialmente vulnerables, de reducción de la delincuencia y la criminalidad entre los jóvenes en situación de riesgo, etc.) (Collins y Kay, 2003).

Deporte-plus

Si bien el potencial educativo del deporte es conocido desde hace mucho tiempo (por ejemplo, en el contexto de la educación física y el deporte organizado dirigido a jóvenes), el uso del deporte como medio para el desarrollo personal y social de grupos específicos socialmente desfavorecidos es más reciente. En este ámbito pueden distinguirse dos enfoques, a saber, “deporte-plus” y “plus-deporte”. En el primer enfoque se pone de relieve el deporte como tal, aunque también se tiene en cuenta su papel instrumental. En el segundo se parte de una perspectiva de carácter social, educativa o sanitaria y se considera el deporte tan solo como una parte integrada en un conjunto de procesos de mayor amplitud y complejidad. De aquí en adelante nos centraremos en el enfoque deporte-plus.

En la actualidad pueden encontrarse diversos ejemplos de iniciativas específicas de deporte-plus dentro del ámbito municipal en ciudades de todo el mundo. Uno de los grupos específicos al que se intenta llegar a través del deporte es el grupo de los jóvenes socialmente desfavorecidos. A menudo, el interés hacia este grupo se ha visto motivado por la creciente preocupación de los gestores de la política municipal respecto a las causas de "alteración" del orden público que provoca la juventud en zonas urbanas desfavorecidas (por ejemplo, vandalismo o comportamientos ofensivos). La práctica deportiva dirigida a estos jóvenes pone el acento, sobre todo, en la prevención de comportamientos "indeseables". Se considera que en el caso de estos jóvenes el deporte puede contribuir a la mejora de la propia imagen y de sus habilidades para salir adelante y a adquirir un mayor sentido de responsabilidad personal y social, un mayor capital social, etc. La idea subyacente es que los resultados de la práctica deportiva (por ejemplo, el desarrollo de habilidades) a la larga pueden generar cambios en el ámbito personal (por ejemplo, el desarrollo de una conducta pro-social), que a su vez podrían conllevar cambios sociales más amplios (como, por ejemplo, la cohesión social).

Las iniciativas dirigidas a este grupo suelen caracterizarse por su amplia accesibilidad, por el uso de actividades deportivas de moda o que implican un reto o desafío, por la implicación de diversas partes interesadas y por el uso de formatos organizativos alternativos. Esto último es consecuencia del hecho que, a pesar de los tan frecuentemente elogiados beneficios de la participación en deportes organizados, los clubes deportivos nunca han desempeñado un papel significativo a la hora de facilitar oportunidades deportivas a jóvenes en situación desfavorecida. Por el contrario, de forma algo sorprendente, son otros agentes los que se implican cada vez más en la organización de iniciativas deportivas comunitarias específicas (por ejemplo, el sector de la juventud, la educación, la integración, los asuntos sociales, la prevención...).

A fin de ilustrar el cambio en la política deportiva municipal hacia la consideración del deporte desde una perspectiva de bienestar más general, a continuación se describe una tendencia concreta que ha podido detectarse desde principios de la década de 1990 en la mayoría de las ciudades de Flandes, la parte septentrional de Bélgica de habla holandesa.

Deporte de barrio en Flandes

Desde los años sesenta, el gobierno flamenco ha promovido activamente la participación de su población en actividades deportivas (De Knop, 2000). Sin lugar a dudas, y debido en parte a una política activa de "Deporte para todos", en la actualidad la población flamenca se caracteriza por una mayor participación en actividades deportivas en comparación con el pasado. No obstante, según diversos estudios, existen diferencias claras en los niveles de actividad depor-

tiva entre diversos grupos (véase, por ejemplo, Scheerder, 2004). Las estadísticas muestran que el grado de participación deportiva de grupos específicos, como personas de la tercera edad, personas discapacitadas y minorías étnicas, es claramente inferior al de otros grupos. Existen una serie de obstáculos que pueden explicar estas diferencias en la práctica deportiva, que están relacionados con cambios en las actitudes personales y en el conocimiento del deporte y la actividad física, pero también con diferencias en el



tiempo disponible, los medios, la movilidad, etc.

En términos generales, pueden distinguirse dos categorías de grupos que no participan en actividades deportivas o que tan solo lo hacen de manera limitada. Estas dos categorías pueden caracterizarse según a) su grado (problemático) de participación en actividades deportivas (por ejemplo, “inactividad deportiva” y “situación deportiva desfavorecida”) y b) su situación (problemática) (por ejemplo, socialmente desfavorecidos, minorías étnicas, delincuentes

juveniles, drogodependientes, etc.). Con los años se han llevado a cabo diversas iniciativas en Flandes para acercarse a ambas categorías, siguiendo objetivos diferentes en función de la categoría en cuestión. Así, en lo que concierne a la primera categoría, el objetivo principal es aumentar el interés por el deporte (por ejemplo, mejorando la calidad, la información y la accesibilidad de la oferta, e incidiendo en el incremento de la demanda y su orientación). Pese a que estas estrategias también se utilizan para llegar a personas





de la segunda categoría, en este caso existe una tendencia a centrarse en una función más instrumental del deporte, en cuyo marco la participación deportiva se considera un medio para aumentar el desarrollo personal y social entre los grupos objetivo socialmente desfavorecidos. Esto ha llevado a la aparición de un formato alternativo en la organización de deportes en las ciudades flamencas de mayores dimensiones, que se conoce por "deportes de barrio". Fundamentalmente, este término hace referencia al uso de metodologías específicas que difieren de los formatos de oferta deportiva más tradicionales.

Hay que señalar que no existe un único formato global de deportes de barrio en el contexto de Flandes. Según las conclusiones de un estudio dedicado a conocer la situación real de los deportes de barrio en Flandes, existe una amplia variedad de formatos organizativos (Theeboom y De Maesschalck, 2006). Esta diversidad depende en gran medida del tipo de organización coordinadora, así como de los objetivos y el grupo objetivo específico. Los deportes de barrio suelen considerarse un buen medio para estimular el interés por el deporte y se dirigen a aquellos grupos que no participan en actividades deportivas (organizadas) o que tan solo lo hacen de manera limitada. Si bien las iniciativas de deportes de barrio se organizan ocasionalmente en instalaciones deportivas normales, lo más frecuente es que tengan lugar en instalaciones de lo más variado (desde lugares al aire libre como parques públicos y plazas, hasta locales interiores como almacenes remodelados, aparcamientos, etc.). En la mayoría de estas iniciativas se ha procurado colaborar a escala municipal con otras estructuras procedentes tanto del sector deportivo como de fuera del mismo. La oferta de actividades deportivas de barrio, así como el nivel organizativo y el enfoque de la orientación,

varía en función del grupo objetivo y de las características específicas del barrio.

En la actualidad, el gobierno flamenco ha reconocido el valor de los deportes de barrio. Un decreto sobre «política deportiva municipal» aprobado en el año 2008 dispone que los servicios deportivos municipales están obligados a invertir una quinta parte de los fondos públicos en iniciativas deportivas organizadas de manera alternativa (como los deportes de barrio) para poder recibir subvenciones del gobierno flamenco. Junto con el deporte escolar, los deportes de barrio se han convertido en uno de los formatos más comunes de la oferta deportiva organizada de forma alternativa en las ciudades flamencas, y se ajustan perfectamente a las características que se han atribuido a un buen fomento deportivo comunitario: un enfoque flexible, adaptable, informal, interactivo y centrado en las personas, destinado a incidir en los bajos índices de participación deportiva con el objetivo de resolver las deficiencias de la oferta convencional (Hylton y Totten, 2008). El carácter innovador de estas iniciativas deportivas de barrio en el caso de Flandes se hace evidente en la forma en que se integran en las estructuras habituales (deportes municipales y servicios a la juventud) y en el esfuerzo por construir una red de cooperación formal entre diferentes agentes en el contexto de la comunidad. El concepto de deporte de barrio puede compararse con formatos existentes en otros lugares, como la Red de Deporte Comunitario del Reino Unido y el proyecto Barrio-Educación-Deporte ("BOS") de los Países Bajos.

Conclusiones

Parece evidente que las expectativas de utilizar el deporte desde una perspectiva social más amplia han aumentado durante la última década. Esto ha llevado a un número cre-

ciente de gestores municipales de política deportiva a considerar a éste como un mediador importante a la hora de prestar asistencia a grupos socialmente desfavorecidos. Sin embargo, a pesar del aumento generalizado de la confianza en el potencial del deporte-plus, en la mayoría de los casos, el frecuentemente elogiado valor añadido del deporte tan solo se describe en términos muy generales y abstractos, de modo que resulta muy difícil establecer si es posible o no conseguir estos imprecisos objetivos. En este contexto, Coalter (2007) ha hecho referencia a «[...] intervenciones mal definidas con resultados de difícil seguimiento [...]» (p. 31). Asimismo, cada vez se es más consciente de la gran dificultad de medir los resultados de las intervenciones del deporte-plus (Patriksson, 1995). En muchos casos se espera que programas específicos (a menudo con restricciones tanto temporales como de medios) proporcionen una solución a problemas sociales generales (Weiss, 1993). Dado que el deporte tan solo es un medio o instrumento intermedio de intervención, resulta incluso más difícil determinar su impacto. Por tanto, sería necesario establecer un marco conceptual claro respecto a los mecanismos intermedios que debería subyacer en las iniciativas deporte-plus de calidad.

Asimismo, resulta evidente que el deporte organizado, con los tan elogiados beneficios que reporta a las personas que participan en él, tiene tan solo un peso moderado en el marco de una política de deporte-plus dirigida a grupos específicos socialmente desfavorecidos. Algunos investigadores afirman que los clubes deportivos podrían estar dando lugar a la generación o, como mínimo, amplificación de mecanismos tanto de inclusión como de exclusión, y que los procesos de vinculación y de conexión no se producen de forma necesaria ni automática dentro de la estructura de un club deportivo tradicional (Bailey, 2007; Elling, 2002). Así pues, es de esperar que no se dé prioridad a servicios situados “fuera” de su actividad principal (por ejemplo, la captación y el trabajo con jóvenes socialmente desfavorecidos) y que, con toda probabilidad, estos no se ofrezcan de forma óptima. Esto coincide con Coalter (2007), que ha afirmado que los intentos de utilizar el deporte organizado para alcanzar objetivos políticos más amplios pueden debilitar la finalidad esencial (de carácter fundamentalmente no altruista), las cualidades y la estabilidad de este sector.

La postura poco definida del deporte organizado a la hora de ejercer una función más importante en el marco de una política deportiva más inclusiva ha allanado el camino a otros formatos organizativos (como el deporte de barrio). Cabe esperar que esta tendencia se vea reflejada en el futuro de las políticas deportivas municipales. ●

Bibliografía

- Bailey, R. (2007). “Youth Sport and Social Inclusion”. En: N. Holt (ed.). *Positive Youth Development through Sport*. Londres: Routledge.
- Breedveld, K. y Van der Meulen, R. (2003). “Vertrouwen in de Sport. Een Empirische Analyse van de Relatie tussen Sportdeelname en Sociaal Kapitaal”. *Vrijtijdstudies*, 20(2), 37-49.
- Coalter, F. (2007). *A wider social role for sport. Who's keeping the score?* Londres: Routledge.
- Collins, M. y Kay, T. (2003). *Sport and Social Exclusion*. Londres: Routledge.
- Danish, S.J. y Nellen, V.C. (1997). “New roles for sport psychologists: Teaching life skills through sport to at-risk youth”. *Quest*, 49, 100-113.
- De Graaff, D. (1996). *Ontwikkelingen in het Gemeentelijk Sportbeleid in de Jaren Negentig: een Verkennende Studie in Drie Gemeenten*. Tesis doctoral. Amsterdam: University.
- De Knop, P. (2000). *Veertig jaar sport- en vrijetijdsbeleid in Vlaanderen*. Bruselas: VUB Press.
- De Knop, P. y Walgrave, L. (eds.) (1992). *Sport als integratie. Kansen voor maatschappelijk kwetsbare jongeren*. Bruselas: Koning Boudewijnstichting.
- Elchardus, M., Huyse, L. y Hooghe, M. (2001). *Het maatschappelijk middenveld in Vlaanderen. Een onderzoek naar de sociale constructie van democratisch burgerschap*. Bruselas: VUBPress.
- Elling, A. (2002). *Ze zijn er niet voor gebouwd. In- en Uitsluiting in de Sport naar Sekse en Etniciteit*. Nieuwegein: Arko Sports Media.
- Hartmann, D. y Depro, B. (2006). “Rethinking sports-based community crime prevention: A preliminary analysis of the relationship between Midnight Basketball and urban crime rates”. *Journal of Sport and Social Issues*, 30(2), 180-196.
- Hellison, D. (1995). *Teaching responsibility through physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hoyng, J., De Knop, P. y Theeboom, M. (1998). “Functies en betekenissen van sport”. *Vrijtijdstudies*, 16(3), 33-55.
- Hylton, K. y Totten, M. (2008). “Community Sports Development”. En: K. Hylton y P. Bramham (eds.). *Sports Development, Policy, Process and Practice*. Londres: Routledge.
- Keller, H., Lamprocht, M. y Stamm, H. (1998). *Social cohesion through sport*. Estrasburgo: Committee for the Development of Sport, Council of Europe.
- Kruse, S.E. (2006). *Review of kicking Aids out: Is sport an effective tool in the fight against HIV/Aids?* Informe de borrador de NORAD. Informe no publicado.
- Patriksson, M. (1995). “Scientific Review Part 2”. En: Council of Europe Press. *The Significance of sport for society - Health, Socialisation, Economy: A Scientific Review*. 8th Conference of European Ministers responsible for Sport. Estrasburgo: Author.
- Pawson, R. (2006). *Evidence-based policy: A realist perspective*. Londres: Sage.
- Putnam, R. (2000). *Bowling Alone. The Collapse and Revival of American Community*. Nueva York: Simon & Schuster.
- Scheerder, J. (2004). *Spelen op het middenveld. Vrijtijdsport als ontspanning, ontspanning en ontmoeting*. Tiel: Lannoo.
- Scheerder, J., M. Theeboom, K. Van den Bergh y De Knop, P. (2006). “Sport en Sociale Cohesie: Een Overzicht van Onderzoeksmateriaal in Vlaanderen”. En: P. De Knop, J. Scheerder i H. Ponnet (eds.). *Sportbeleid in Vlaanderen - Volume 2: Studies*. Bruselas: Publicatiefonds Vlaamse Trainersschool.
- Theeboom, M. y De Knop, P. (1992). “Inventarisatie binnen het jeugdwereldwijdswerk in Vlaanderen”. En: P. De Knop i L. Walgrave (eds.). *Sport als integratie. Kansen voor maatschappelijk kwetsbare jongeren* (pp. 119-130). Bruselas: Koning Boudewijnstichting.
- Theeboom, M. y De Maesschalck, P. (2006). *Sporten om de hoek: een brede kijk op buurtsport in Vlaanderen*. Sint-Niklaas: ISB.
- United Nations (2005). *Sport for Development and Peace: Towards Achieving the Millennium Development Goals*. Nova York: United Nations.
- Uslaner, E. (1999). “Vrijwilligerswerk en sociaal kapitaal”. En: P. Dekker (ed.). *Vrijwilligerswerk vergeleken* (pp.181-206). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.
- Weiss, C.H. (1993). “Where Politics and Evaluation Research Meet”. *Evaluation Practice*, 14(1), 93-106.



Deporte e igualdad de género

Gertrud Pfister

Profesora del Departamento de Ciencias del Deporte y del Ejercicio Físico,
Universidad de Copenhague (Dinamarca)

ARTÍCULO

A pesar de los probados beneficios de la actividad física, de las numerosas campañas de promoción de un estilo de vida saludable y de los consejos sobre cómo llegar a ser personas activas y sanas, un porcentaje considerable de la población -más chicas y mujeres que chicos y hombres- lleva una vida sedentaria.

Este artículo se centra en la actividad física y deportiva de las chicas y en las causas de su bajo índice de participación en el deporte (para todos), ofreciendo recomendaciones sobre medidas y programas para fomentar el incremento de su actividad física.

Introducción y planteamiento

"Al rey no le gustaba demasiado que su hija abandonara los estrechos y bien trazados caminos de su reino y holgazaneara por vericuetos y senderos, así que le permitió disponer de un carruaje de caballos.

- Así no tendrás que caminar más -le dijo.

- Así, ya no deberías caminar más -es lo que quiso decir.

Y lo que consiguió es que su hija ya no pudiera caminar." (Anders 1956, 96).

El metafórico comentario de Günther Anders sobre la vida moderna resulta hoy más apropiado incluso que en 1956. Al parecer, en la actualidad, gran parte de la población de los países occidentales, en lugar de sus pies, utilizan "carruajes".

A pesar de los probados beneficios de la actividad física, de las numerosas campañas en favor de la adopción de un estilo de vida saludable y de la ilimitada retahíla de recomendaciones sobre cómo mantenerse activo y sano, un porcentaje considerable de la población -más chicas y mujeres que chicos y hombres - lleva una vida sedentaria.

En este artículo facilitaré información sobre las actividades físicas y deportivas de las chicas, sobre las causas de sus bajos índices de participación en el deporte (para todos) y recomendaciones para desarrollar actuaciones y programas destinados a estimular y facilitar su actividad.

Me centraré en la infancia y la adolescencia (en las edades comprendidas entre los 10 y los 15 años) por ser en esta fase del desarrollo donde se adoptan y/o consolidan los futuros hábitos y preferencias. También, dada la existencia de estudios de ámbito mundial centrados en este grupo de edad.

Sin embargo, debe tenerse en cuenta que existen enormes diferencias entre las chicas en función de sus circunstancias vitales, lo que incluye clase social, origen étnico, religión, cultura, entorno físico y lugar de residencia. Las chicas musulmanas, por ejemplo, disponen, en muchos aspectos, de posibilidades similares para el desarrollo de actividad física, pero también deben enfrentarse a impedimentos específicos (Pfister 2010). Aunque la situación de las chicas pertenecientes a minorías étnicas constituye una preocupación creciente en muchos países, este artículo, por

razones de espacio, se centra en las chicas de la población mayoritaria.

Haré referencia, principalmente, a los países europeos, pero la información y las recomendaciones pueden extrapolarse con facilidad a otros países y culturas.

En este artículo, el término "deporte" se utiliza en el sentido amplio de "deporte para todos", equiparable a la expresión "actividades físicas (recreativas)".

Participación en el deporte

En la Unión Europea, existen diversas encuestas representativas que proporcionan una excelente visión de la cantidad, la duración y la intensidad de la actividad física de distintos grupos de población, incluyendo a los adolescentes. Del mismo modo, estudios exhaustivos llevados a cabo en muchos países, regiones y ciudades ofrecen una buena panorámica de la práctica deportiva de la población, como, por ejemplo, los tipos de deporte, los niveles de rendimiento, las motivaciones, etc.¹

Sin embargo, muchos de los datos disponibles se basan en autoinformes, lo cual tiene ventajas e inconvenientes. La comparación entre estudios realizados con acelerómetros y aquellos basados en encuestas muestran que los encuestados tienden a sobrestimar la cantidad y la intensidad de sus actividades. Aún así, los índices de actividad deportiva presentados en las encuestas son bastante bajos, como se señala, por ejemplo, en un informe publicado por el Willibald-Gebhard-Institute (con sede en Alemania): "Los clubes deportivos europeos llevan años gozando de unos índices de participación constantes. El porcentaje de asociados en Europa Occidental y en los países escandinavos... se encuentra entre un 50-70% en el caso de los niños y entre un 30-50% entre los jóvenes. Sin embargo, el alto grado de actividad deportiva no logra compensar el creciente sedentarismo en la vida cotidiana. Casi la mitad de la juventud europea no realiza la cantidad de actividad física recomendada necesaria para gozar de buena salud (actividad física moderada y regulada por día)."²

La Oficina Regional para Europa de la Organización Mundial de Salud (OMS), en un comunicado de prensa emitido en diciembre de 2006, presentaba cifras todavía peores:

“Sólo un 34% de los jóvenes europeos con edades de 11, 13 y 15 años han manifestado realizar la suficiente actividad física de acuerdo con las directrices actuales.”³

Esta afirmación se basa en un estudio sobre comportamientos saludables entre los jóvenes en edad escolar -Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)-, que proporciona información exhaustiva sobre los patrones de actividad entre los niños y los adolescentes de toda Europa.⁴

El estudio HBSC de 2006, llevado a cabo en 41 países europeos, reveló que el 25% de los chicos y el 19% de las chicas de 13 años, y el 19% de los chicos y el 12% de las chicas de 15 años realizaban un mínimo de 60 minutos de actividad intensa durante cinco o más días a la semana (tal y como indican las recomendaciones de salud).⁵ Se dan enormes diferencias entre países: el 46% de los chicos eslovacos (de 15 años), pero sólo el 11% de los suecos, y el 29% de las chicas eslovacas, pero sólo el 5% de las francesas y portuguesas, cumplen las recomendaciones de los expertos de la salud.⁶

Encuestas realizadas en diversos países han revelado un cuadro similar y han mostrado un dramático descenso de la actividad física entre las chicas con edades comprendidas entre los 13 y los 15 años. La siguiente declaración, publicada por la Women's Sport and Fitness Foundation del Reino Unido, refleja la situación en muchos países: “En el Reino Unido, el deporte y la gimnasia de mantenimiento (fitness) femeninos están sufriendo una crisis. Más del 80% de las mujeres y las adolescentes no realizan la suficiente actividad física en beneficio de su salud. Las jóvenes son la mitad de activas que los jóvenes. Se prevé que la situación empeore aún más durante los próximos diez años.”⁷

Pero las chicas se ven afectadas por esta tendencia en modo y grado diverso. Tal y como revelan los estudios en diversos países occidentales, un elevado porcentaje de las adolescentes de clase media o alta hace deporte, mientras que las jóvenes de clase trabajadora o inmigrantes se sitúan mayoritariamente entre la población físicamente inactiva.

La Encuesta Mundial de Salud Escolar -Global School-based Student Health Survey (GSHS)-, desarrollada por la OMS y llevada a cabo en numerosos países de todo el mundo, confirma los datos europeos y muestra grandes diferencias de género en lo referente a la actividad física entre los jóvenes (de edades comprendidas entre los 13 y los 15 años), diferencias que son todavía más significativas en países islámicos y/o con bajos ingresos.⁸

Tipos de actividad

Algunas actividades recreativas como nadar, montar en bicicleta o patinar, son “neutras” y comunes entre ambos sexos. Otros deportes y actividades están dominados por uno u otro sexo.⁹ A pesar de las preferencias deportivas específicas de cada cultura, pueden observarse tendencias



Fuente: Fotoquelle: LaufReport.de

similares de práctica deportiva diferenciada por razón de sexo en muchos países y regiones. Los chicos prefieren jugar con la pelota (al fútbol en particular) y los deportes de riesgo, mientras que las chicas optan por actividades expresivas/estéticas como la gimnasia, el aerobio y la danza. Las pistas de monopatín son territorio de los chicos; las caballerizas son lugares “sólo para chicas”. En los países occidentales, para muchas chicas, montar a caballo es un sueño, a menudo inalcanzable (Pfister 1993).

Los chicos “se adueñan” del entorno, usan y disfrutan de los espacios abiertos, mientras que las chicas prefieren permanecer en el interior o cerca de sus casas. Las investigaciones muestran que los chicos exploran áreas más extensas que las chicas y que utilizan parques o calles para sus actividades deportivas, tales como jugar al balón, ciclismo acrobático o *parkour*, una nueva forma de ejercicio en la que los *traceurs*- aficionados al “arte del desplaza-



miento”- recorren la ciudad superando los obstáculos que se encuentran a su paso (Pfister 1993).

Las preferencias deportivas de las chicas, centradas especialmente en actividades organizadas y relativamente caras, contribuyen claramente a su índice de actividad comparativamente bajo.

Actividad física: ¿por qué es importante?

En el discurso actual sobre salud pública, el descenso en el índice de actividad física y práctica deportiva de las chicas se considera problemático. Las autoridades y los expertos en salud están alarmados por el auge de las denominadas enfermedades de “estilo de vida” entre la población; los políticos están preocupados por el incremento del gasto en atención sanitaria. Las actuales investigaciones danesas indican que, en las últimas décadas, no sólo han descendido considerablemente los índices de actividad, sino la aptitud

física de las chicas entre 16 y 19 años de edad. Sólo el 47% de las chicas de 16 años y el 35% de las de 18 están en buena forma física. El 46% no están satisfechas con su peso.¹⁰

Son varios los estudios que evidencian los numerosos efectos positivos de un estilo de vida activo.¹¹ Según la Organización Mundial de la Salud, las mujeres parecen obtener beneficios específicos: muchas mujeres padecen “trastornos de la salud asociados a una baja participación en actividades físicas”, como enfermedades cardiovasculares, diabetes, osteoporosis y cáncer de mama. La OMS señala también que la actividad física está asociada a una mejora de la salud psicológica “al reducir los niveles de estrés, ansiedad y depresión y que puede contribuir a aumentar la autoestima y la seguridad en uno mismo.”¹²

Los beneficios para la salud derivados de la actividad física no son tan evidentes en el caso de los niños y los jóvenes debido, en gran parte, a que las enfermedades

potenciales no aparecerán hasta muchos años después. Sin embargo, la Red Europea de Cardiología (European Heart Network), entre otros expertos y organismos destacados, llegó a la conclusión de que la inactividad física en los niños “daña el estado de salud actual y futuro” (European Heart Network 2001).

Junto a los debates sobre la “epidemia de obesidad” y la disminución de las habilidades motoras de los niños, la creciente preocupación por los niveles de inactividad contribuye a un debate social al que podemos bautizar como *healthism* –“saludismo”–, es decir, la problemática idea de la salud como imperativo moral. Desde la perspectiva del *healthism*, no sólo se trata de la forma física o del peso, sino de la participación en actividades físicas como

indicador de salud, de “buena conducta” y de “corrección política” del individuo. Las investigaciones indican que la creciente presión para cumplir con las normas y los protocolos sociales relacionados con el peso y los niveles de actividad pueden resultar contraproducentes (Dworkin y Wachs 2009).

Por consiguiente, es importante que nos centremos en los numerosos beneficios que la actividad física reporta a la calidad de vida del individuo. El deporte y el ejercicio pueden tener efectos positivos para el bienestar social, emocional y mental; pueden proporcionar experiencias de satisfacción y de placer; fomentan los círculos sociales; y contribuyen al empoderamiento.



¿Cómo podemos explicar las diferencias de género en los intereses y práctica deportiva?

Procesos de socialización

Durante los procesos de socialización, el individuo, a lo largo de su vida, adquiere identidades “femeninas” y “masculinas” en concordancia con las disposiciones de género predominantes en una sociedad determinada. El género es uno de los principales principios estructurantes de una sociedad, distribuyendo derechos y obligaciones, así como responsabilidades y ocupaciones, atendiendo a los principales criterios de asignación de roles según género, edad, clase social y procedencia étnica. Dicha asignación está controlada y legitimada por las normas y los valores y por instancias como la religión, la ciencia, la justicia, la adminis-

tración, la educación y los medios de comunicación (Pfister 2008). A los chicos y las chicas se les identifica sexualmente normalmente mucho antes de nacer y son expuestos a las categorías de género de su sociedad. Aprenden a gestionar reglas, normas, valores y paradigmas de género, así como sistemas y argumentos diferenciados según el sexo, que proporcionan las directrices para un comportamiento “apropiado”, incluyendo actitudes y prácticas corporales y de movimiento según el género. Crecen en un mundo diferenciado según el género.

Los enfoques socio-ecológicos, como plantea Hurrelmann (2008), entre otros, enfatizan la dimensión interactiva y las relaciones dialécticas entre los individuos y su entorno social y ecológico/físico. Según Bilden (1991), la socialización es autoaprendizaje en y a través de las prácticas culturales; Connell (2002), emplea la expresión “aprendizaje activo”. Sugiere interpretar la asignación de género como resultado de numerosos “proyectos” en los que los niños aprenden argumentos diferenciados según el sexo, adquieren competencias de género y desarrollan patrones de comportamiento individuales, pero al mismo tiempo típicos. Al toparse con las restricciones y las posibilidades de las categorías de género, los/as niños/as (y las personas adultas) improvisan, imitan, crean y, de ese modo, desarrollan procedimientos diferenciados. “Con el tiempo, los procedimientos, especialmente si tienen éxito, quedan establecidos, se consolidan como patrones específicos de feminidad o masculinidad” (Connell 2002, p. 82). Las preferencias, las reglas y las prácticas en lo deportivo se asignan del mismo modo en el proceso de socialización, en el “autoaprendizaje en y a través de las prácticas sociales”. La socialización en el deporte y en la actividad física puede ser descrita e interpretada como proyectos (diferenciados según el sexo) influenciados por diversos factores y procedimientos, así como por personas e instituciones, entre los que se encuentran la familia y la escuela.

Varios estudios indican que la práctica deportiva se “hereda” socialmente y que los padres ejercen una influencia decisiva en el interés de sus hijos/as en lo referente a deportes y juegos. Proporcionan los juguetes (específicos para cada sexo); balones para los hijos y muñecas Barbie para las hijas, por ejemplo. Actualmente, existe una industria inmensa que consigue adoctrinar a las chicas para que pidan vestidos de color rosa y princesas Disney. Los padres apoyan el comportamiento “apropiado”, apuntando a sus hijos a fútbol y a sus hijas a ballet. Además, los propios padres y madres sirven de modelo de los roles masculino y femenino.

El deporte y los juegos son proyectos importantes en los grupos de iguales; jugar juntos y competir entre ellos refuerza sus relaciones y les enseña a competir y a cooperar. Las habilidades deportivas les proporcionan prestigio ante sus semejantes y popularidad en las subculturas basadas en deportes masculinos, como el *street ball* (o



baloncesto urbano) o el mundillo del monopatín. Las chicas tienden a jugar (y a hablar por teléfono) con sus mejores amigas. Para ellas, la ropa de moda y tener buen aspecto cuentan más que las habilidades deportivas. Las relaciones entre iguales contribuyen de forma decisiva a la construcción de culturas deportivas diferenciadas por género.

La educación física (EF) en la escuela debería ser un ingrediente importante en los “proyectos deportivos” de los/as niños/as y jóvenes. En muchos países, la EF es una asignatura obligatoria en todas las escuelas, y los/as niños/as de entornos de clase obrera y/o inmigrantes deben participar. Sin embargo, la EF parece beneficiar especialmente a los/as estudiantes con una complexión atlética, mientras que el alumnado que no muestra interés por las actividades deportivas y menos habilidoso suele ser marginado.

Una investigación cualitativa llevada a cabo en un instituto de enseñanza secundaria danés puso de manifiesto, por ejemplo, que las clases de educación física mixtas consistían principalmente en juegos con pelota que resultaban atractivos para los chicos, mientras que la mayoría de las chicas se mostraba incapaz o renuente a tomar parte. Como consecuencia, las chicas participan con menos intensidad en la educación física, evitan el esfuerzo excesivo

y la competición física o incluso se niegan a participar en modo alguno (Jørgensen 2006; Nielsen y Pfister 2010, en imprenta). Existen otros muchos estudios que muestran que el profesorado trata de forma distinta a alumnos y alumnas, que estos se comportan de forma diferente y que aprenden habilidades distintas incluso en países en los que el programa de EF no se halla diferenciado por cuestión de género.

Para gran parte de la población, el deporte es “deporte mediático” y los medios de comunicación de masas difunden en todo el mundo mensajes similares sobre los roles de la mujer y el hombre en el mundo del deporte. El reportaje deportivo suele centrarse en el deporte masculino e ignora en gran medida a las atletas femeninas y los esfuerzos deportivos de la mujer. El deporte, especialmente el que aparece en los medios de comunicación, “forma el cuerpo del hombre para ser fuerte y el de la mujer para ser sexy” (Lorber 1994, p. 43).

Los medios de comunicación proporcionan a chicos y chicas modelos de comportamiento a imitar, tanto en deporte como en todo lo demás. La potencia y la fuerza, la toma de riesgos y el contacto corporal agresivo son ámbitos masculinos, mientras que la feminidad se relaciona principalmente con la gracilidad y el atractivo.



Así, las chicas aprenden que no se espera de ellas que sean atléticas, y subestiman sus aptitudes deportivas (véase Pfister 1996, p. 51). Mientras que los chicos valoran sus cuerpos desde un punto de vista más funcional (sin embargo, esto está cambiando), el cuerpo femenino es un medio de atracción social y sexual. Por consiguiente, el modelado estético del cuerpo es de suma importancia para la mujer, sea joven o adulta. Debido a la discrepancia entre los ideales y la realidad, la mujer siente con frecuencia una "carencia" con respecto a su propio cuerpo. El embellecimiento y los diversos "proyectos corporales", desde el maquillaje y las dietas al modelado corporal, se convierten así en una parte importante de la vida diaria de la mujer (ver también, Degele 2004).

El deporte se incluye y se manifiesta en el *habitus* (según Bourdieu 1984); genera distinción de género, y tiene que ajustarse a las "preferencias" del individuo lo mismo que a su estilo de vida. Las prácticas deportivas están tejidas inseparablemente con otras líneas vitales y contribuyen a conformar las biografías de hombres y mujeres. El deporte es parte de la "distinción de género" y está integrado en los proyectos de género de los individuos, lo cual sustenta, una vez más, a las culturas deportivas diferenciadas por género.

Sin embargo, los discursos y las prácticas deportivas cambian constantemente, y tales cambios afectan también a la actividad deportiva de los adolescentes. La propagación de los videojuegos puede dar lugar a un descenso de la actividad física entre los chicos, mientras que la creciente popularidad del fútbol entre las chicas puede incitarlas a adoptar un estilo de vida físicamente más activo.

Oportunidades y obstáculos

La participación en el deporte depende en gran medida del entorno y de las oportunidades de ser físicamente activo.

La OMS destaca una serie de causas de la inactividad física entre las mujeres: "La mujer suele tener menos ingresos que el hombre, lo que puede representar un obstáculo para acceder a la actividad física (AF). La carga laboral de la mujer en el hogar puede limitar su tiempo libre y, por lo tanto, las AF. La mujer puede sufrir limitaciones de movilidad para desplazarse a instalaciones de AF. Las expectativas culturales pueden restringir su participación en algunas AF."¹³ Tales obstáculos tienen un impacto también en las oportunidades de las chicas a la hora de participar en el deporte y de hacer ejercicio.

Incluso la población europea revela una amplia diferencia de oportunidades en el acceso a la práctica deportiva o la actividad física. Mientras que en los países escandinavos más del 80% de los encuestados coinciden en que la zona en la que viven ofrece muchas oportunidades para ser físicamente activo, menos del 50% de los encuestados en Portugal pudieron decir lo mismo. De modo parecido, las respuestas en lo concerniente a la existencia de centros o clubes deportivos en el vecindario evidenciaron diferencias "Norte-Sur".¹⁴ De las observaciones de la OMS anteriormente mencionadas, se puede deducir que la carencia de un entorno deportivo amigable afecta en mayor grado a chicas y mujeres adultas que a la población masculina.

Según las estadísticas de que disponemos, los clubes deportivos muestran unos índices de abandono mucho mayores entre las chicas que entre los chicos. Esto plantea el interrogante de si la falta de atractivo de las actividades deportivas contribuye a mermar el interés de las chicas por el deporte. Lo mismo sucede en el caso de la oferta de actividades deportivas y físicas procedente de otros servicios deportivos, como los parroquiales o los municipales. A menudo, deportes como el *street ball* se utilizan como medio de resolución de problemas en grupos violentos de niños y jóvenes. Las chicas, al no causar problemas visibles, suelen ser ignoradas.

Ciudades Educadoras: ¿qué puede hacerse?

Existen numerosas posibilidades de influir en los patrones de actividad física de las chicas (y también de los chicos). Algunas de tales intervenciones requieren recursos financieros y humanos. Por otro lado, el deporte para hombres



-por ejemplo, la construcción y mantenimiento de estadios de fútbol o la organización de encuentros deportivos- cuesta enormes sumas de dinero y de recursos (ipolicía, seguridad!), y nadie se queja. Parte de ese dinero podría, y debería, invertirse en actividades físicas para chicas y en "deporte para todos" para el conjunto de la población. En muchas ciudades, esto puede ser ya una realidad.

Las estrategias de intervención pueden incluir:

- Información sobre posibilidades de realizar actividades físicas y sus beneficios en lugares en los que se concentra la gente (escuelas, lugares de trabajo, centros comerciales, consultas médicas).
- Creación de un entorno amable, que ofrezca oportunidades libres de riesgos para ir a correr, hacer senderismo, ir en bicicleta o jugar a la pelota. Los parques infantiles pueden convertirse en "espacios deportivos". Si no se dispone de espacios, se pueden cerrar las calles al tráfico durante los fines de semana.
- Fomento de la integración de la actividad física en la vida cotidiana; por ejemplo, como medios de transporte. Campañas como "pedaleando a trabajar" - we cycle to work- podrían ser un estímulo.
- Creación de instalaciones deportivas a poca distancia de las áreas residenciales (las investigaciones muestran que las instalaciones deportivas se utilizan si se puede llegar a ellas caminando).
- Proporcionar seguridad y facilidad de acceso a instalaciones y actividades deportivas ya existentes (por ejemplo, iluminación en las calles).
- Creación de "grupos deportivos" que se reúnan con regularidad, vayan juntos al gimnasio o a la zona deportiva, se telephoneen para quedar, etc.
- Organización de eventos deportivos "para todos", como caminatas vespertinas, ratos de footing, patinaje nocturno, o carreras de relevos, en las que los miembros de clubes deportivos, alumnado de las escuelas, o empleados de una fábrica u oficina compiten aportando, como mínimo, igual número de participantes femeninos que masculinos.
- Adaptación de las instalaciones deportivas a las necesidades y los gustos de la mujer (por ejemplo, duchas separadas si mujeres musulmanas, jóvenes o adultas, realizan actividades en el lugar).
- Promoción de actividades físicas inclusivas y "orientadas a las chicas", como saltar a la comba, patinaje, escalada en rocódromos, lo que permite la participación de grupos más grandes con diferentes aptitudes.
- Creación de incentivos para los servicios deportivos existentes por la captación de miembros femeninos.
- Información sobre los obstáculos y las oportunidades para ser físicamente activo y formación de padres y madres, profesorado, servicios deportivos, etc. en lo referente a los beneficios de un estilo de vida activo.
- Cambios en el plan de estudios de EF y en la formación del profesorado de EF con el objeto de facilitar la partici-

pación de las chicas en los diversos deportes y actividades físicas (incluso en aquellos etiquetados como deportes masculinos).

- Disponibilidad de patios de escuela y de gimnasios para actividades físicas, juegos, patinaje, montar en bicicleta, etc. fuera del horario escolar.
- Organización de cursillos, actividades y/o eventos para chicas, como patinaje nocturno, *street ball* o carreras femeninas, por ejemplo.
- Campañas - competiciones entre escuelas, por ejemplo- en favor de mejores programas deportivos para chicas, o entre clubes con el mayor número de participantes femeninas en una carrera de 10 km.
- Promoción de las estrellas deportivas femeninas y/o de mujeres de forma que sirvan de referencia a chicas y mujeres.

Soy consciente de que muchos municipios ya se encargan de promocionar el deporte y la actividad física entre las mujeres, y que ya se están llevando a cabo estas "buenas prácticas" u otras totalmente distintas. También soy consciente de que mis análisis y propuestas no abarcan la diversidad de chicas y mujeres del mundo entero, sino que están sumamente influidos por mi punto de vista occidental. Pero espero que este artículo sirva como punto de partida para incrementar esfuerzos y combinar dinámicas que sirvan para mejorar la igualdad de género, tanto en el deporte como en otras áreas de la vida. ●

Bibliografía

- Anders, G.: *Die Antiquiertheit des Menschen: Über die Seele im Zeitalter der zweiten industriellen Revolution*. Múnich: Beck 1956.
- Bilden, H.: *Geschlechtsspezifische Sozialisation*. En: Hurrelmann, K./Ulrich, D. (Eds.): *Neues Handbuch der Sozialisationsforschung*. Weinheim/Basel: Beltz 1991, 279-301.
- Bourdieu, P.: *Distinction: a Social Critique of the Judgment of Taste*. Harvard University Press 1994.
- Connell, R.: *Gender*. Cambridge: Polity 2002.
- Degele, N.: *Sich schön machen: Zur Soziologie von Geschlecht und Schönheitshandeln*. Wiesbaden: VS Verlag 2004.
- Dworkin, S. y Wachs, F.: *Body Panic: Gender, Health, and the Selling of Fitness*. Nueva York: New York University Press 2009.
- European Commission (2006): *Eurobarometer: Health and food*. Bruselas. Disponible online: http://ec.europa.eu/health/ph_publication/eb_food_en.pdf, [fecha de consulta 24.11.2009]
- European Heart Network (ed.): *Children and Young People - the Importance of Physical Activity*. Brussels 2001 <http://www.ehnheart.org/files/phyactivity-084635A.pdf>
- Hurrelmann, K.: *Einführung in die Sozialisationstheorie*. Weinheim: Beltz 2008
- Lorber, J.: *Breaking the Bowls: Degendering and Feminist Change*. Nueva York: W.W. Norton & Company 2005.
- Lorber, J.: *Paradoxes of gender*. New Haven, Londres: Yale University Press 1994.
- Naul, R. y Brettschneider, W.-D. (2005). *Young people's lifestyles and sedentariness in Europe*. *Acta Universitatis Carolinae Kinanthropologica*, 41 (2005), 2, 25-34.
- Pfister, G. y Fastig, K.: *Geschlechterkonstruktionen auf dem Fussballplatz: Aussagen von Fußballspielerinnen zu Männlichkeits- und Weiblichkeitskonzepten*. En: Jütting, D. (Ed.): *Die lokal-globale Fußballkultur: wissenschaftlich beobachtet*. Münster: Waxmann 2004, 137-152.
- Pfister, G.: *Appropriation of the Environment, Motor Experiences and*



Caxias do Sul (Brasil)

- Sporting Activities of Girls and Women. En: *International Review for Sociology of Sport* 28 (1993), 159-173.
- Pfister, G.: *Doing Sport ist Doing Gender*. En: Farrokhzad, S. and Nikodem, C.: *Arenen der Weiblichkeit : Frauen, Körper, Sport*. Köln: Verlag des Vereins Beiträge zur feministischen Theorie und Praxis e.V. 2008, 13-29.
 - Pfister, G.: *Fitness und Sportengagement als soziales Erbe – theoretische Überlegungen und empirische Befunde*. En: Müller, N. (Ed.): *Gesellschaft und Sport als Feld wissenschaftlichen Handelns: Festschrift für Manfred Messing*. Niedernhausen: Schors Verlag 2007, 287-307.
 - Pfister, G.: *Muslim Women in the Diaspora: Sport related Theories, Discourses and Practices – Analysing the Situation in Denmark*. En: Benn, T., Pfister, G. Jawad, H. (Eds.): *Muslim Women and Sport*. Londres: Routledge 2010, de próxima aparición.
 - Pfister, G.: *Zwischen neuen Freiheiten und alten Zwängen. Körper- und Bewegungskultur von Mädchen und Frauen*. En: Flade, A. y Kustor, B. (Eds.): *Raus aus dem Haus. Mädchen erobern die Stadt*. Frankfurt/ Nueva York: Campus 1996, 45-66.
 - Pilgaard, M.: *Danskernes motions- og sportsvaner 2007 – nøgletal og tendenser*, København: Idrættens Analyseinstitut 2008.

- Raudsepp, L. y Viira, R.: *Influence of Parents' and Siblings' Physical Activity on Activity Levels of Adolescents*. En: *European Journal of Physical Education* 5 (2000), 169-178.
- Ringgaard, L. W. y Nielsen, G. A. *Fysisk aktivitet i dagligdagen blandt 16-20-årige i Danmark*, København: Kræftens Bekæmpelse & Sundhedsstyrelsen 2004.
- Sallis, J. F., Prochaska, J. y Taylor, W.: *A review of correlates of physical activity of children and adolescents*. En: *Medicine & Science in Sports & Exercise* 32 (2000), 963-975.
- Seabra, A. F. et al.: *Associations between sport participation, demographic and socio-cultural factors in Portuguese children and adolescents*. En: *European Journal of Public Health* 18 (2008), 25-30.
- Sundhedsstyrelsen: *Fysisk Aktivitet og Evidens – Livsstilssygdomme, folkesygdomme og risikofaktorer mv*. København: Sundhedsstyrelsen 2006.
- Vilhjalmsen, R. y Kristjansdottir, G.: *Gender differences in physical activity in older children and adolescents: the central role of organized sport*. En: *Social Science & Medicine* 56 (2003), 363-374.
- With-Nielsen, N. y Pfister, G.: *Gender constructions and negotiations in PE – case studies*. *Sport, Education and Society*, 2010, en imprenta.

1. Naul, R. and Hoffmann, D.: *Healthy Children in Sound Communities: a Euregional community setting project*. http://www.wgi.de/media/Pdf/HealthyChildreninSoundCommunity-pic_47434.pdf; Consultar también Sallis et al. 2000; Vilhjalmsen and Kristjansdottir, 2003; Ringgaard y Nielsen 2004; Seabra et al. 2008
2. http://www.wgi.de/media/Pdf/lifestyle_sedentariness_english_819279.pdf.
3. http://www.euro.who.int/mediacentre/PR/2006/20061117_1.
4. El HBSC se inició en 1982; la primera encuesta transnacional en cinco países se llevó a cabo en 1983/84; consultar www.hbsc.org.
5. Desde la última encuesta en 2002, el porcentaje de niños activos ha disminuido. Los datos del HBSC ofrecen información sobre tendencias, pero debe interpretarse con cautela. Las condiciones específicas de cada país pueden no haberse considerado del modo más conveniente.
6. Una panorámica de la salud de la juventud en Europa [A snapshot of the health of young people in Europe], informe preparado por la Conferencia sobre Salud de los Jóvenes de la Comisión Europea [European Commission Conference on Youth Health], Bruselas, Bélgica, 9-10 de julio de 2009.

- <http://94.23.50.42/youth/documents/A%20snapshot%20of%20the%20health%20of%20young%20people%20in%20Europe.pdf>; consultar también Comisión Europea 2006.
7. <http://www.womeninsportconference.com/homepage.asp>.
8. Encuesta Mundial de salud escolar [Global school-based student health survey (GSHS)], iniciada por la OMS y realizada en numerosos países, muestra los mismos patrones de actividad física diferenciados por género. <http://www.cdc.gov/GSHS/de>.
9. Skolebørns deltagelse i idræt og andre fysiske aktiviteter i Rudersdal http://www.cisc.sdu.dk/Publikationer/qKL2006_4.pdf.
10. <http://www.dgi.dk/redaktionen/dui/14-2003/piger.aspx> Encuesta MULD.
11. Existe abundante literatura, consultar, por ejemplo, Sundhedsstyrelsen 2006.
12. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
13. <http://www.euractiv.com/en/sports/women-sport/article-137664>.
14. Eurobarómetro de "Actividad Física" [Eurobarometer "Physical Activity"]; http://ec.europa.eu/public_opinion/archives/ebs/ebs_183_6_en.pdf



Deporte y accesibilidad para todos. Una necesidad de las ciudades

Enrique Rovira-Beleta Cuyás

Arquitecto y Profesor-Responsable de las asignaturas sobre accesibilidad en la
Escuela de Arquitectura de la Universidad Internacional de Cataluña (España)

ARTÍCULO

La accesibilidad es imprescindible incorporarla en todos los proyectos de nuestras ciudades, debido al envejecimiento de la población y a la mejora de calidad de vida demandada por la sociedad. La supresión de barreras arquitectónicas y en la comunicación, no es simplemente una necesidad para las personas con discapacidad, sino una ventaja para todos los ciudadanos. Según mi criterio, una buena accesibilidad es aquella que existe pero que pasa desapercibida para la mayoría de usuarios.

Crterios generales

Las ciudades en este siglo XXI tienden a: registrar un incremento poblacional, debido al ritmo vertiginoso de aumento de extranjeros; un envejecimiento de la población; un incremento de personas que viven solas; una disminución de nacimientos, etc.

La mejora de la calidad de vida de la población, y específicamente de las personas con movilidad y/o comunicación reducida (PMR), es uno de los objetivos prioritarios en los últimos años, de la actuación pública de los gobiernos, instituciones municipales y locales, en los países desarrollados. Las normativas vigentes sobre esta temática, han contribuido a la construcción de espacios y edificios que no discriminen a ningún usuario.

Nuestra sociedad está experimentando una decidida evolución hacia la integración de las PMR, que actualmente superan el 30% de la población en países desarrollados, considerando en este grupo a cualquier usuario de la ciudad que tenga una limitación o impedimento en su movilidad, sea permanente o provisional, como por ejemplo por una lesión o por tener que cargar un gran peso.

Existe una creciente voluntad de presencia y participación del colectivo de personas con grandes discapacidades en la vida social; pero la integración total de estas personas no se puede hacer efectiva, si los diferentes espacios y entornos (vivienda, lugares de trabajo, centros de enseñanza, servicios, establecimientos turísticos y de ocio, medios de transportes, vías públicas, etc.) no son accesibles para desarrollar una vida cotidiana con normalidad y de forma autónoma.

Hay que potenciar la supresión de barreras físicas y sensoriales, teniendo presente que un buen diseño ha de considerar la variabilidad de todos los usuarios, sean cuales sean sus características y necesidades, consiguiendo un *diseño para todos*, que a su vez mejora la calidad de vida de todos los usuarios.

El deporte es una actividad siempre beneficiosa para mejorar la salud y la calidad de vida de todos; y normalmente utilizamos las instalaciones deportivas en diferentes franjas horarias, debido a nuestros compromisos profesionales y laborales. Por tanto, en horarios de media mañana y/o media tarde, estas instalaciones son habitualmente utilizadas por niños/colegios, y/o personas mayores/jubilados para

mejorar su actividad física. Todos ellos tienen movilidad y/o comunicación reducida temporal o permanente, y necesitan que estos equipamientos sean lo más accesibles posible, para mejorar con ello su autonomía, comodidad y seguridad.

En este siglo XXI, es conocido el concepto de *supresión de barreras arquitectónicas* y muchos países disponen de reglamentación de obligado cumplimiento sobre esta materia; pero hemos de conseguir promocionar la accesibilidad aplicada de manera desapercibida y con el mínimo coste, incluyéndola en todos los diseños y sus detalles, para conseguir, así, una mayor calidad de los espacios, elementos, servicios y productos utilizados por todas las personas, tengan o no sus capacidades limitadas. Por tanto, la *accesibilidad* es aquella característica del urbanismo, la edificación, los medios de transporte, los sistemas de comunicación, el mobiliario, la información y señalización, los bienes, los productos, los servicios y de todo aquello que nos rodea en nuestras ciudades y pueblos, que facilita la autonomía a cualquier persona, descubriendo también las capacidades de las personas con discapacidad.

Como cada vez más, la sociedad demanda una mayor calidad de vida; debemos diseñar nuestras ciudades pensando en las características de todas las personas, incluyendo aquellas con grandes discapacidades; y de esta forma mejoraremos, sin duda, el confort y seguridad de todos los ciudadanos, porque:

- por donde pasa una persona que utiliza una silla de ruedas para desplazarse, seguro que pasará todo el mundo con más facilidad;
- si pensamos en la señalización apta para personas con deficiencias visuales y/o auditivas, seguro que todos nosotros que vemos y oímos lo podremos hacer aún mejor, y también evitaremos accidentes a todos los despistados (es decir, ciegos o sordos puntuales).

Por ejemplo, introducir la accesibilidad en una Instalación Deportiva, no consiste sólo en aplicar un conjunto de

“Una buena accesibilidad es aquella que existe pero que pasa desapercibida a los usuarios, con un coste bajo o nulo en muchas ocasiones”



Ejemplo de paso de peatones accesible, apto para todos los usuarios (Barcelona)



Bici de montaña (Girona)

medidas correctoras a una propuesta elaborada, retocándola o modificándola puntualmente; sino que se incorpora la accesibilidad como una nueva variable de partida, que influirá desde un buen principio en la gestación y el diseño de la solución final, aceptando la diversidad de sus usuarios finales:

- personas en plenitud de sus capacidades;
- personas que temporalmente o permanentemente tienen sus capacidades limitadas (limitaciones sensoriales en la visión y/o en la audición, ambulantes con dificultades para desplazarse, usuarios de silla de ruedas, dificultades cognitivas, etc.).

Afortunadamente, no hay prácticamente incompatibilidades entre las necesidades de unos y otros; de manera que el *diseño para todos* consiste en dominar y no sólo conocer las características de las personas con grandes discapacidades, para así conseguir diseños en los que incorporando pequeños detalles, que a menudo sólo consisten en una ampliación de 2 cm, sean todos ellos aptos para un mayor número de personas, incluso con discapacidades severas; y, en cambio, esta mínima modificación en muchas ocasiones ni se aprecia.

Por todo ello, me atrevo a afirmar que una de las medidas básicas de la arquitectura de este siglo XXI será la silla de ruedas (1,20 m x 0,70 m), porque por donde pasa ella, seguro que todo el mundo pasará con mayor facilidad, confort y seguridad. Por tanto, la silla de ruedas es una de las medidas que determina la necesidad de espacio para poder maniobrar, salvar desniveles, alcanzar objetos y facilitar el control del equilibrio del usuario. Asimismo, la señalización y la información pensada para personas con discapacidades visuales y/o auditivas mejorarán, sin duda, la percepción de las mismas a todos los ciudadanos que ven y oyen sin dificultad.

Accesibilidad en las instalaciones deportivas

Hemos de garantizar el acceso, el uso y disfrute de sus espacios, itinerarios, elementos, servicios, bienes y pro-

ductos; sin barreras arquitectónicas ni en la comunicación. Así, conseguiremos incrementar el número de ciudadanos practicantes de actividad física y deportiva, incluido el colectivo de personas con grandes discapacidades; y, además, sensibilizaremos a todos los agentes implicados en la Promoción del Deporte y la Actividad Física, y al público en general que comparte el uso de la instalación con personas con grandes discapacidades (PMR).

Con la accesibilidad aseguraremos que los niños y niñas con discapacidad tengan igual acceso que los demás niños y niñas, a la participación en actividades lúdicas, recreativas, de esparcimiento y deportivas, incluidas las que se realicen dentro del sistema escolar.

Es importante que se aplique la accesibilidad en todas las instalaciones deportivas de los diferentes deportes que se pueden llegar a practicar; algunos de ellos no tan habituales, como: golf, hípica, senderismo, voleibol, vóley-playa, submarinismo, vela, tiro, excursiones, aeromodelismo, ciclismo, esquí sobre agua y en nieve, rugby, etc.

Principales dificultades para realizar actividades deportivas para las personas con movilidad y/o comunicación reducida (PMR)

Las dificultades más habituales con que se encuentran los PMR cada día para poder realizar una actividad son:

- *Dificultades para maniobrar* que se encuentran las personas con grandes limitaciones para desplazarse tanto en línea recta, como para traspasar una puerta, para realizar traslaciones, etc.
- *Dificultades para salvar desniveles* debido a escaleras o escalones altos sin pasamanos, falta de aparatos elevadores practicables para usuarios de silla de ruedas, y construcción de rampas con fuertes pendientes.
- *Dificultades de control y equilibrio*, al necesitar mantener el equilibrio con ayuda de pasamanos, o barras de sujeción y apoyo, para realizar las diferentes transferencias;



Piscina adaptada para todos los usuarios, al disponer de rampa y escaleras de acceso al agua. Complejo Deportivo Municipal en Sant Esteve de Sesrovires (Barcelona)

al transitar por pavimentos lisos y deslizantes; al manipular interruptores, manubrios, grifos, etc.; que no sean de palanca o pulsador.

- *Dificultades de alcance e información manual*, visual y auditiva, para alcanzar objetos en planos horizontales, verticales, detectar o evitar obstáculos y agujeros, determinar direcciones, y comunicarse con el entorno por parte de las personas con discapacidades sensoriales.

Actuaciones prioritarias para conseguir una total accesibilidad en el edificio de una instalación deportiva

- *Acceso*: se analiza si el acceso se produce a nivel o existe algún resalte o desnivel, o bien si hay algún itinerario alternativo; los controles de acceso, las puertas y los sistemas de apertura, el pavimento, las pendientes, la iluminación y el contraste de colores y textura, así como la existencia de plazas de estacionamiento reservadas para vehículos de personas con movilidad reducida (PMR), convenientemente señalizadas.
- *Comunicación horizontal*: se analizan los vestíbulos y áreas de recepción y atención al público, para personas con discapacidades físicas y/o sensoriales; la información y señalización también apta para personas con limitaciones en la vista/oído, los itinerarios interiores y exteriores adyacentes a la edificación, estudiando las dimensiones de los recorridos, los cambios de dirección y las mesetas de acceso, las puertas, los pavimentos, las barandillas y pasamanos, los posibles obstáculos, los desniveles y si estos se salvan por rampas o no, además de la iluminación y sus posibles contrastes.
- *Comunicación vertical*: en el caso de dos o más plantas en un edificio, se estudian los elementos por los que se realiza esta comunicación vertical, que pueden ser escaleras, rampas y/o ascensores, y se analiza cada uno en detalle; incorporando aquellos requerimientos necesarios para ser

utilizados también por personas con movilidad y/o comunicación reducida.

- *Servicios higiénicos y vestuarios*: se analizan los aseos utilizables por personas con movilidad reducida y su proporción respecto a los aseos de uso general. En el caso de que existan vestuarios estos también se incluyen.
- *Mobiliario y equipos de uso público*: se analizan los elementos de mobiliario como los mostradores de atención al público, las cabinas de teléfono, las mesas, etc. así como su diseño y ubicación. También son objeto de estudio en este apartado las plazas reservadas para espectadores en silla de ruedas o con alguna disminución sensorial y sus acompañantes, en locales de espectáculos, gradas o similares.
- *Señalización y comunicación*: se analizan en la fase de construcción de los edificios, en la arquitectura efímera, en los diferentes elementos expositivos, paneles de información y documentación a entregar al público en general; con tratamientos también accesibles a personas con limitaciones visuales y/o auditivas.

Barcelona ciudad educadora, deportiva y accesible

Gracias a los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Barcelona '92, la ciudad se transformó al realizarse grandes obras de infraestructuras viaria, con cinturones de circunvalación que unían las diferentes áreas de competición, adaptándose: los pasos de peatones con rampas en toda su amplitud e incorporación de semáforos acústicos; los transportes públicos con autobuses de piso bajo, los taxis accesibles a usuarios de silla de ruedas, las estaciones de metro con ascensores desde la calle, y los servicios higiénicos adaptados para PMR distribuidos por toda la ciudad; así también se acondicionó el aeropuerto, los hoteles y campings de la ciudad para clientes con discapacidades; proporcionando, a su vez, un beneficio para todos los ciudadanos, al mejorar su comodidad y seguridad.



Fuente: Special Olympics Catalunya

Por primera vez los Juegos Paralímpicos - JJPP- se celebraron en las mismas instalaciones deportivas de la ciudad sede de los Juegos Olímpicos - JJOO -. Estos Juegos son el máximo exponente mundial del deporte de competición para personas con discapacidades físicas y/o sensoriales.

En Barcelona'92 se consiguió un gran éxito de asistencia de público en todas las pruebas deportivas. Estos factores comportaron el aumento del grado de sensibilización social que había en la ciudad y en su entorno; facilitando, sin duda, que en las décadas siguientes a los Juegos el acceso a la actividad física y deportiva de las personas con discapacidad haya sido un objetivo más asequible en la ciudad y poblaciones de su entorno.

La metodología de trabajo en el Comité Organizador de los Juegos, consistió en introducir el mayor número de estas mejoras de accesibilidad de manera permanente en las obras y conseguir, por tanto, un número muy importante de instalaciones deportivas, de equipamientos de la organización, de viviendas olímpicas y paralímpicas, de entornos urbanísticos, de medios de transporte, y de sistemas de señalización/comunicación, perfectamente accesibles para PMR (Personas de Movilidad Reducida y/o con limitaciones sensoriales).

Este trabajo se realizó en colaboración con los diversos equipos de profesionales y direcciones facultativas, empresas promotoras y constructoras, etc.; que operaron en los equipamientos e instalaciones de los Juegos. Ello comportó un alto componente de sensibilización de estos equipos humanos, que unido al hecho del reconocimiento de su obra en el sector, generaron la difusión de las soluciones adoptadas para permitir la accesibilidad de PMR en las diversas instalaciones y la supresión de las barreras arquitectónicas y en la comunicación existentes en aquellos equipamientos, anteriores a la creación del Área de Accesibilidad en la División de Paralímpicos en el Comité Organizador de los Juegos (COOB'92).

El hecho de utilizar las mismas instalaciones deportivas de competición y entrenamiento, tanto para los Juegos Olímpicos como los Juegos Paralímpicos, generó unos equipamientos deportivos totalmente accesibles, un ahorro económico para la organización y unas instalaciones que después de los Juegos todos los ciudadanos pueden utilizar para realizar actividades deportivas, tengan o no discapacidades. Lo mismo ocurrió con los edificios de la organización, la Villa Olímpica y, sobre todo, con los medios de transporte público que actualmente la ciudadanía de Barcelona utiliza a diario.

Barcelona, es hoy una ciudad que tiene una larga tradición deportiva y que dispone de una potente y gran red asociativa, nacida de la voluntad de sus ciudadanos de autoorganizarse y construir clubes y empresas deportivas con capacidad para promover el deporte, competir a un alto nivel y gestionar instalaciones deportivas con gran eficiencia.

Propuestas de futuro

- Propiciar centros deportivos en las ciudades y en el medio rural, como centros de animación socio-cultural y deportiva, con accesibilidad para todas las discapacidades, fomentando la interrelación social y ampliando su función al ser un lugar donde se conocen personas de todas las edades y se concilia la vida familiar.
- Promover cursos de deportes para personas con discapacidad en escuelas, hospitales y centros de rehabilitación, y asociaciones e instituciones de personas con discapacidad.
- Elaborar una guía básica de atención a personas con discapacidad, que se distribuya a todos los profesionales de instalaciones deportivas, para saber cómo tratar y gestionar las actividades para PMR.
- Crear servicios municipales de orientación y asesoramiento especializado para personas responsables de instalaciones deportivas, y para informar a las propias personas con discapacidad de las ayudas para realizar deporte.
- Elaborar una "guía de buenas prácticas de accesibilidad para instalaciones deportivas, (supresión de barreras arquitectónicas y en la comunicación)"; con las pautas de actuación en cuanto al diseño y gestión de los espacios urbanísticos y arquitectónicos, sus sistemas de comunicación e información, sus bienes, productos y servicios, y la usabilidad de los mismos por personas con

grandes discapacidades y/o personas con movilidad/comunicación reducida temporal (PMR), que complemente y amplíe la normativa de accesibilidad existente en cada país. ●

Documentos de referencia

Guía de accesibilidad para empresas
Autores: Enrique Rovira-Beleta Cuyás / Ana Folch Mendes
Fundación Adecco / Club Excelencia en Sostenibilidad (2009)

Guía de la barcelona accesible
Autores: Enrique Rovira-Beleta Cuyás / Ana Folch Mendes
Viena Ediciones (2006)

Accesibilidad en el medio físico para personas con ceguera o deficiencia visual
Dirección General. Departamento de Servicios Sociales para afiliados. Sección de Acción Social e Integración Laboral. O.N.C.E. (Organización Nacional de Ciegos Españoles) (2003)

Accesibilidad para personas sordas
Recopilación de barreras de comunicación y sus soluciones
ACAPPS - Associació Catalana per a la Promoció de les Persones Sordes
FESOCA - Federació de Sords de Catalunya (2003)

Libro blanco de la accesibilidad
Autor: Enrique Rovira-Beleta Cuyás
Ediciones UPC - Colección TEP nº 6 (2003)

White paper on accessibility
Autor: Enrique Rovira-Beleta Cuyás
Documents of the Museum.
Olympic Museum collection published by the International Olympic Committee (2002)

Código de accesibilidad de Cataluña
Departament de Benestar Social
Generalitat de Catalunya (1995)

Fuente: Special Olympics Catalunya



A photograph of a large crowd of people, mostly young adults, with their hands raised in the air. The image is heavily filtered with a solid blue color, giving it a monochromatic appearance. The people are out of focus, but their raised hands are a prominent feature, suggesting a moment of celebration, protest, or a group activity. The background shows some trees and a building, but they are also blurred and blue-tinted.

Experiencias

Muévete y métete en cintura, experiencia de la campaña en la Ciudad de México

Sonia Aguirre Garcés

Directora de Promoción de la Salud;

José Luis Navarro Paredes

Coordinador de Promoción de la Salud y Cultura del Envejecimiento;

Mónica Hurtado González

Subdirectora de Promoción para Grupos de Mayor Riesgo,
Gobierno Municipal de la Ciudad de México

Durante las últimas décadas se han modificado sustancialmente las condiciones y los estilos de vida de la población mexicana. Estos se manifiestan, entre otros, en cambios significativos en los hábitos de alimentación y en un mayor sedentarismo, factores que están íntimamente asociados a un mayor riesgo de desarrollar sobrepeso y obesidad, así como a enfermedades crónicas.

La tendencia no se puede revertir solo con estrategias curativas, necesitamos actuar en aspectos estrechamente relacionados al cambio en el estilo de vida para incidir en conductas y actitudes saludables que mejoren la calidad de vida de los habitantes de la Ciudad de México.

Después de un año de trabajo, la campaña “Muévete y métete en cintura” se sigue posicionando en el ámbito público buscando sensibilizar a la población para que adquiera hábitos saludables de alimentación y actividad física.

Los antecedentes

Uno de los principales factores de riesgo asociados al perfil epidemiológico actual de México es el problema creciente del sobrepeso y la obesidad en todas las etapas de la vida, el cual ha tenido un incremento acelerado en los últimos 20 años, razón por la que se hace necesaria una intervención integral, a fin de detener esta tendencia. En la capital del país, el Distrito Federal, el sobrepeso y la obesidad se han disparado por encima de la media nacional en todos los grupos etarios, a saber: se presenta en 8 de cada 10 mujeres, 7 de cada 10 hombres y casi 4 de cada 10 niños en edad escolar, es decir cerca de 5 millones de capitalinos lo padecen, de una población de más de 8 millones.

Por su parte, en promedio los adolescentes pasan más de 12 hrs a la semana frente a pantallas (televisor, computadora, videojuegos) y 8 de cada 10 adultos mayores de 30 años no realiza ninguna actividad física.

Frente a esta situación la Secretaría de Salud del Distrito Federal, ha implementado el programa de Prevención y control del sobrepeso y la obesidad que tiene como objetivo desarrollar estrategias técnico-operativas en las que se realicen acciones de promoción de la salud, atención médica y vigilancia epidemiológica e impulsen estilos de vida saludables por medio de atención integral y especializada del sobrepeso y la obesidad en los Centros de Salud y Clínicas de Especialidad, pero sobre todo a través de la creación de la campaña de difusión “Muévete y métete en cintura”.

La campaña

El área responsable de la ejecución de la campaña es la Dirección de Promoción de la Salud por medio de la Coordinación de Promoción de la Salud y Cultura del Envejecimiento a través de la Subdirección de Promoción

de la Salud para Grupos de Mayor Riesgo en eventos del Gobierno y las Jurisdicciones Sanitarias en los Centros de Salud. El equipo está formado por médicos, nutricionistas, activadores físicos, trabajadores sociales y promotores de la salud.

La campaña, tiene como objetivo general generar un amplio movimiento social informado y organizado para promover estilos de vida saludables, a través de acciones de orientación alimentaria y fomento de la actividad física. Como parte de los objetivos específicos, la campaña se plantea:

1. Incrementar la percepción del riesgo en los habitantes de padecer sobrepeso u obesidad a través de educación para la salud y acciones de promoción y prevención.
2. Incrementar y fortalecer las acciones de orientación alimentaria y actividad física para incidir favorablemente en la adopción de estilos de vida saludables de la población.
3. Detectar y referenciar los casos a la red de Centros de Salud de la Ciudad de México.

La campaña se fundamenta en el desarrollo de 6 estrategias con el propósito de lograr una cobertura más amplia de la población en sus entornos y actividades habituales:

- *Muévete en lo cotidiano.* Pretende brindar información y orientación alimentaria en espacios con una gran afluencia de personas como eventos masivos y ferias.
- *Muévete en tu oficina.* Una estrategia dirigida a los servidores públicos del Gobierno del Distrito Federal, para promover la actividad física, orientar sobre cómo llevar a cabo una alimentación correcta y enseñar algunas técnicas básicas que ayuden a manejar el estrés.
- *Muévete en la ciudad.* Tiene como propósito difundir mensajes clave de la campaña en espacios públicos y cruceros de gran afluencia vehicular.
- *Muévete en la escuela.* Estrategia que tiene por objetivo brindar orientación alimentaria a través de dinámicas didácticas y fomento de actividad física, entre otros temas de promoción, a través del programa de Salud Escolar implementado ya en 240 escuelas públicas de nivel primaria,

así como las escuelas de nivel medio superior incluidas en el Programa de Estímulos para Bachillerato Universal (PREBU) "PREPA SI" de la Ciudad de México.

- *Muévete en el parque.* Acciones de promoción de actividad física en espacios abiertos donde las personas se reúnen a realizar ejercicio.
- *Muévete por tu salud.* Son acciones que contribuyen al tratamiento dietético de los usuarios de los servicios de salud a través de diversos materiales y capacitaciones al personal operativo.

La experiencia

Las actividades de la campaña, se iniciaron en marzo de 2008 de forma eventual con la estrategia "Muévete en lo cotidiano", en ferias masivas realizadas en diferentes puntos de la ciudad. Del mismo modo, en abril se incorporaron las actividades a los paseos ciclistas dominicales del Programa "Muévete en bici" de la Secretaría del Medio Ambiente, en el Paseo de la Reforma (avenida de gran afluencia e importancia en la capital mexicana), actividad que se sigue llevando a cabo.

Sin embargo, la campaña "Muévete y métete en cintura" arrancó oficialmente el 6 noviembre de 2008 con una clase masiva de baile de ritmos latinos, así como acciones de difusión y promoción masivas, con una asistencia de 5.000 personas.

Las actividades de la estrategia "Muévete en lo cotidiano", han girado en torno a sesiones de actividad física, foros de información nutricional y módulos de toma de peso, estatura, circunferencia de cintura y cadera, que son los indicadores básicos para conocer el estado de nutrición de una persona, en función de los resultados se otorga una asesoría personalizada y la referencia a los Centros de Salud para su atención médico-nutricional.

Por su parte, la estrategia "Muévete en la escuela", a través del Programa "PREPA SI" ha tenido la oportunidad de brindar servicios de asesoría nutricional a aproximadamente 3.000 estudiantes de nivel medio superior.





Desde el arranque de la campaña, sus actividades han logrado posicionarse de forma sólida, lo que ha permitido que los habitantes de la ciudad busquen habitualmente los módulos de atención, para realizar activaciones físicas y revisar su estado de nutrición.

Como muestra de tal éxito, se celebró el festejo del primer aniversario, donde estuvieron reunidas aproximadamente 10 mil personas de diferentes grupos etarios beneficiadas por la campaña, realizando actividades con el uso de aros hula-hula.

En un año de actividades sin interrupción se han alcanzado alrededor de 1 millón 300 mil personas, a las que se ha puesto en movimiento y se les ha dado orientación alimentaria, lo que significa que cerca del 15% de la población total de la Ciudad de México ha recibido algún tipo de servicio a través de la campaña “Muévete y métete en cintura”.

El futuro

La estrategia “Muévete en la escuela” a nivel primaria es prioritario, por los beneficios que puede aportar a la calidad de vida de los niños en la edad adulta a través del fomento de hábitos saludables de alimentación y actividad física.

Llevar la estrategia “Muévete en la oficina” a los empleados del gobierno de la Ciudad de México es también prioritario, por lo que ya se ha iniciado el proceso para su aplicación, en un tiempo corto se espera contar con los primeros resultados.

Por su parte, “Muévete por tu salud” trabaja ya en el programa de capacitación para el equipo operativo, a fin de utilizar el material disponible desarrollado por la Dirección de Promoción de la Salud, que se comenzará a distribuir en breve a las clínicas de diabetes, así como a las unidades de especialidades médicas (UNEMES), para apoyar el tratamiento de las personas con enfermedades crónicas como diabetes, hipertensión y, por supuesto, sobrepeso y obesidad.

El siguiente objetivo de la campaña en su conjunto, será trabajar sobre un mejor posicionamiento a través del refuerzo de estrategias como “Muévete en tu ciudad”, así como el arranque de “Muévete en el parque”, con el propósito que la población esté por completo sensibilizada sobre la importancia de tener una dieta saludable y actividad física cotidiana para mejorar su calidad de vida, por un lado, así como para coadyuvar en frenar la tendencia al aumento de la incidencia del sobrepeso y la obesidad y sus enfermedades asociadas. ●



La Granollers Cup, el balonmano que construye ciudad

Josep Maria Junqueras Pujadas

Concejal de Deporte del Ayuntamiento de Granollers (España)

En Granollers, el deporte y la educación tienen una naturaleza propia. Las entidades deportivas colaboran en construir ciudad, en construir proyectos. El Club Balonmano Granollers, con 66 años de historia, es uno de los más comprometidos y la Granollers Cup una de sus mejores iniciativas. Competición, esfuerzo, torneo, afán, decisión, pero también compañerismo, solidaridad, conocimiento, comprensión, afecto, simpatía y amistad. La ciudad participa con entusiasmo en la Granollers Cup, un evento que se ha convertido, después de once años, en tradicional, formando parte ya de nuestro calendario festivo y social.

Granollers cuenta con un gran número de deportistas, de entidades y de clubes. Nuestra ciudad puede ser considerada como la cuna del balonmano español; fue aquí donde surgieron los primeros practicantes de todo el Estado. El Club Balonmano Granollers, fundado el año 1944, ha ganado reconocimiento deportivo durante 66 años: campeonatos nacionales e internacionales diversos y la satisfacción de ser el primer club español en conseguir un título europeo. No obstante, el mayor orgullo, la máxima satisfacción es su cantera; la formación de jugadores y jugadoras de diversas generaciones que han obtenido títulos en todas las categorías de formación y previas a la competición, desde benjamines y alevines a cadetes y juveniles. Estos jugadores y jugadoras nutren los primeros equipos del club y otros equipos españoles y europeos. Así pues, la formación, el proyecto educativo de la entidad ha sido el eje de la estructura del club, lo que constituye su sentido más profundo y a partir del cual se trazan los objetivos de sus proyectos.

Deporte, educación y ciudad, son tres palabras que resumen de forma clara la experiencia que presentamos: la Granollers Cup.

Se trata de una competición internacional de balonmano organizada por el Club Balonmano Granollers, que cuenta con la participación de la ciudad, movilizando a más de 3.000 chicos y chicas de entre 10 y 20 años, y que se celebra durante la última semana del mes de junio.



Esta entidad deportiva, por su tradición e historia, ha mantenido relaciones excelentes con diversos clubes tanto del Estado español como del resto del mundo. Participa de forma frecuente en torneos nacionales e internacionales, estando siempre presente en las mejores competiciones. Ello permite cumplir uno de los principales objetivos de la entidad: difundir el balonmano y sus valores deportivos y formativos y constituir un elemento de identificación y orgullo granollerense. Éste ha sido también el motivo fundamental que ha impulsado las 11 ediciones de la Granollers Cup celebradas hasta la fecha y que convierten a Granollers, una semana al año, en la capital mundial del



balonmano. El club y el ayuntamiento de la ciudad han trabajado para construir un evento deportivo, educativo y cultural, que constituya un atractivo para los deportistas y que permita la participación de las entidades culturales y sociales en un proyecto común. Un proyecto que cuenta con la implicación necesaria de decenas de voluntarios y de muchos ciudadanos y ciudadanas que participan de forma activa en esta actividad que, sin duda, constituye un nuevo elemento patrimonial.

¿Qué ha permitido que la Granollers Cup sea, en estos momentos, una referencia obligada para el balonmano en el ámbito mundial? Desde nuestro punto de vista, ello se debe a una suma interesante de factores:

- Granollers, municipio de 60.455 habitantes de la provincia de Barcelona, es una ciudad bien comunicada, cercana a las principales infraestructuras viarias y ferroviarias de Cataluña. Situada al lado de la autopista AP-7 que conecta el municipio con el interior de la península a través de Lleida y Zaragoza, y con el litoral mediterráneo desde Andalucía hasta Francia. Existen dos líneas de tren con parada en la ciudad que, a través de Barcelona, permiten llegar a todas partes. Cercana al aeropuerto de Barcelona, a 40 minutos en coche. Cuenta con espacios de interés turístico en un radio de 20 km (Barcelona, Ruta del Modernismo catalán, Parque Natural del Montseny y la costa del Maresme). Dispone de una amplia y variada oferta de alojamiento (1.200 camas de hotel y 17 escuelas en Granollers, a las cuales hay que añadir las casas de colonias y albergues de los pueblos vecinos). Y, principalmente, por la infraestructura deportiva que permite un evento de esta magnitud (siete pistas cubiertas reglamentarias de 20x40 y siete más descubiertas, todas con servicio de vestidores y duchas, situadas en un radio de 500 metros).
- Desde la primera edición, la Granollers Cup se ha caracterizado por su buena organización, centrada en el deportista y en sus necesidades. Un recibimiento planificado, asignando los equipos a sus respectivos alojamientos; un

servicio eficaz de comedores con comidas adecuadas; una red de autocares que transportan a los deportistas desde su alojamiento a la pista de juego, y árbitros profesionales de las federaciones catalana e internacional de balonmano que garantizan una buena competición. El Palacio de Deportes de Granollers constituye el inmejorable centro organizativo, de gestión y de recreo. Este equipamiento deportivo municipal, que fue olímpico, cuenta con servicio de bar, venta de productos de competición y servicio médico.

- Para realizar este trabajo, lo más importante es el capital humano: las personas. Granollers es una ciudad de grandes eventos deportivos y la colaboración del voluntariado es fundamental. La Granollers Cup se puede disputar porque en ella colaboran más de 150 voluntarios: guías de grupo, controladores de la pista de juego, informadores, informáticos, vendedores de recuerdos de la competición... Muchos de estos voluntarios están vinculados al club: padres, madres, directivos y deportistas, pero también hay personas externas a la entidad que dedican, desde hace años, estos días a colaborar en el torneo.
- Otro aspecto fundamental del éxito de la Granollers Cup es su planificación. La organización de la Granollers Cup del año siguiente se inicia con el comienzo del curso escolar, en el mes de septiembre. El club anuncia la celebración del torneo a través de su página web y por correo. Se fijan las fechas (última semana de junio), el esquema de la competición, se presenta la imagen y se abre el plazo de inscripciones. A partir del mes de enero, con la colaboración del Servicio de Educación del Ayuntamiento, se visitan las escuelas para convertirlas en alojamientos durante la competición. Junto a los directores de cada centro, se buscan los mejores espacios y se acuerda el marco de actuación normativa que recibirán los responsables de grupo. En este momento también se definen los espacios de la organización, los comedores, la



señalización, los transportes, el recibimiento... Durante el mes de marzo, se realizan los contactos federativos para acordar los arbitrajes y posibles cursos y conferencias con técnicos de todo el mundo. En el mes de abril se cierran las inscripciones, siendo la demanda de los equipos superior a la oferta disponible de la ciudad. La última tarea organizativa es coordinar las funciones del voluntariado en los ámbitos deportivo, logístico e informativo. El Ayuntamiento de Granollers ofrece soporte organizativo y facilita las instalaciones deportivas y educativas, también aporta una subvención específica. De la misma forma, colabora la Diputación de Barcelona (institución local que da servicio y coopera con los municipios de la provincia de Barcelona).

- Finalmente, este torneo también es excepcional por sus detalles, por los pequeños y grandes detalles. La ciudadanía de Granollers vive el torneo, lo vive desde las pistas de juego, pero además lo vive desde la simpatía, desde la aceptación; las y los granollerenses son anfitriones de los deportistas que, más que participantes, se sienten invitados en la ciudad. Granollers es balonmano -¡claro que sí!-, pero también es más cosas. En la Granollers Cup, la competición se complementa con un conjunto de actividades educativas, sociales y culturales que hacen que los visitantes se lleven de Granollers imágenes y conocimientos que no podrían obtener sólo desde las pistas de juego. En nuestra ciudad, nos gusta decir que Granollers es, históricamente, un cruce de caminos donde las personas se encuentran, se relacionan y cada uno vuelve a su casa con la bolsa llena de recuerdos, vivencias, direcciones, amigos y amigas. La Granollers Cup es uno de los mejores ejemplos; chicos y chicas aprovechan este evento para conocer la realidad de otros países, para tener amigos y amigas en los cinco continentes, para hacer de su mundo un espacio un poco más grande y comprensible.

En definitiva, Granollers se identifica con la Granollers Cup, con el proyecto del Club Balonmano Granollers y con el deporte del balonmano. La ciudad acoge con entusiasmo un evento que se ha convertido, después de once años, en tradicional, formando parte ya de nuestro calendario festivo y social.

El club y la ciudad continuarán trabajando para hacer del deporte un elemento de construcción ciudadana y universal. ●



Adji y vê: dos juegos que forman para la vida

Dakpè Sossou

Alcalde de Lokossa (Benín)

Lokossa, “Ciudad de la Esperanza”, fomenta desde hace algunos años la puesta en valor y la promoción de diversos juegos tradicionales que se practican en la ciudad, y, entre ellos, principalmente el vê y el adji. Estos juegos han recibido una atención especial por parte de las autoridades locales por el papel que desempeñan en la formación de los adolescentes más allá del placer lúdico que experimenta quien los practica.

Lokossa es una ciudad abierta y animada de 77.065 habitantes, que desde hace un tiempo se la denomina, merecidamente, la “Ciudad de la Esperanza”. La modernización que se está produciendo en todas las regiones del mundo, no ha impedido que Lokossa siga teniendo en gran estima sus valores tradicionales. De ahí que preserve juegos como el *adji* y el *vê*, que hoy en día constituyen un momento y espacio primordiales de transmisión de buenas costumbres y principios de ciudadanía para un mundo mejor.

No es raro ver en Lokossa a jóvenes y ancianos que, durante el fin de semana o entre semana, se reúnen bajo un árbol o en una choza en las plazas públicas en torno a estos entretenimientos que, más que simples distracciones, se revelan como una oportunidad para transmitir valores morales y universales para el crecimiento personal de los individuos, pero también, y fundamentalmente, para el desarrollo local de la comunidad.

Estos juegos, auténticos vectores de desarrollo y de expresión de amistad entre nuestros pueblos, permiten promover el diálogo intergeneracional y romper algunas barreras culturales.

El *adji* data de una época muy antigua y es considerado como el “juego de ajedrez”. Está muy extendido por el continente africano y también se practica en Brasil. Su nombre varía de una región a otra: *adi*, *adita-ta*, *adji-boto* (para los ewe, Ghana y Surinam), *awalé* (Costa de Marfil), *awari*, *awélé* (Costa de Marfil y Ghana), *ayo* o *ayo-ayo* (para los yoruba, Nigeria), *ourin*, *ourri* (Cabo Verde), *oware* u *owaré* (para los akan, Ghana), *wari* (Caribe), etc. En inglés se le suele llamar *awari*. Consiste en jugar en una tabla en la que se han tallado doce agujeros, seis por cada jugador; cada participante dispone de cuatro bolas por agujero y deberá

ganar en los agujeros del contrincante. Mientras que el *vê* es considerado un “juego de habilidad” que consiste en medir la destreza de cada jugador. El juego se organiza en dos campos opuestos en paralelo, que distan cuatro, cinco o seis metros dependiendo de la madurez de los jugadores, y en los que se colocan el mismo número de bolas (10, 12, 15 o más) alineadas a intervalos regulares de entre 10 y 15 centímetros. Será considerado el mejor jugador (el más diestro) quien consiga hacerse más rápidamente con las bolas del campo contrario.

Convendría señalar que, en las excursiones iniciáticas que se organizan después de la circuncisión de los jóvenes, el *vê* se practica para enseñar al “futuro hombre” las virtudes de la destreza.

Tanto el *adji* como el *vê* son, hoy en día, los juegos más preciados y mejor preservados del patrimonio cultural y tradicional del municipio de Lokossa.

Para jugar al *Adji* es necesario hacer un esfuerzo de cálculo mental rápido, lo que exige al jugador una gran capacidad matemática, ya que debe calcular rápidamente el número de bolas que necesita para ganar en cualquiera de los agujeros del adversario, y también debe estar preparado para jugar en otro agujero si el rival cambia las bolas de sitio. Dominar las reglas de la ecuación, de la resta y de la suma sirve al jugador para librarse de las tretas de su contrincante.

Al igual que el *adji*, el *vê* requiere de una cierta psicología y de un cuerpo en equilibrio, presencia de ánimo y valor para hacer saques atrevidos.

Así, estos juegos exigen mucha concentración por parte de los jugadores y, sobre todo, objetividad. Mientras se suceden los movimientos de una buena jugada, surgen las bromas para divertir al personal, se cuentan historie-

tas divertidas o incluso hazañas de antepasados sobre su valentía durante una partida de caza, etc.

Ese momento propicio de transmisión de refranes, adagios y otras metáforas para describir y caricaturizar la vida y a los vivos, también suscita cuestiones de participación ciudadana en el desarrollo local. Mientras unos y otros pasan revista a las acciones e iniciativas de las autoridades, desde las más loables hasta las menos edificantes, se enseña el compromiso, el patriotismo y la abnegación.

En conclusión, en los círculos de los juegos *adji* y *vê* el respeto mutuo es una norma, ya que gracias a ellos no sólo se aprenden las virtudes del trabajo bien hecho, sino también el respeto hacia el prójimo. Mantener la sangre fría y la lucidez, defender el honor, aumentar la autoestima y dar pruebas de humildad son otras tantas cualidades vinculadas a la práctica de estos juegos.

Esta constatación ha llevado al gobierno municipal a promover estos juegos que se presentan como instrumentos de desarrollo. Ahora bien, las leyes sobre descentralización en la República de Benín confieren a la autoridad local (el alcalde) las prerrogativas de una gestión juiciosa del patrimonio cultural. De este modo, el artículo 102 de la ley 97-029, de 15 de enero de 1999, relativa a la organización de los municipios en la República de Benín, estipula que “la administración local, más que un derecho, tiene el deber de fomentar las actividades culturales, deportivas, de juventud y ocio, garantizando el soporte material y financiero a las estructuras y a los órganos encargados de estas actividades”. Esta disposición se apoya en el siguiente artículo de la misma ley, que afirma: “el Municipio garantiza la preservación del patrimonio cultural local”.

Siguiendo esta misma línea, la Unesco siempre ha luchado

por conseguir que cada pueblo conserve sus valores originales como algo precioso con vistas a mantener la riqueza permanente de las culturas para un diálogo fecundo entre las comunidades.

A este respecto, podemos recordar las disposiciones de la Carta de la que se ha dotado la Asociación Internacional de Ciudades Educadoras. En el apartado 2 sobre el compromiso de la ciudad, el primer párrafo del principio 7 recoge: “La ciudad ha de saber encontrar, preservar y presentar su propia y compleja identidad. Ello la hará única...”. Más adelante, el principio 10 indica que: “El gobierno municipal deberá dotar a la ciudad de los espacios, equipamientos y servicios públicos adecuados al desarrollo personal, social, moral y cultural de todos sus habitantes, con especial atención a la infancia y la juventud”.

En este marco, el gobierno municipal siempre ha previsto una línea presupuestaria para mantener y alentar la promoción de las diferentes cuestiones previstas por la ley. Es más, un equipo de jóvenes jugadores de *vê* ha representado este año al municipio en el Campeonato de los Juegos Nacionales celebrado en junio de 2009 en Lokossa. En el *sprint* final, el equipo local de Lokossa se hizo con el segundo puesto.

Convendría destacar que cada año se organizan competiciones de los mejores jugadores de *adji*, que atraen a multitudes de todos los distritos y barrios de la ciudad. Dado el éxito de esta experiencia, el gobierno municipal ha institucionalizado el 13 de febrero como el día de los juegos tradicionales en Lokossa. Así pues, a partir del 13 de febrero de 2010, varios equipos de diferentes distritos de Lokossa se enfrentarán para celebrar los valores de la tradición y la riqueza del patrimonio cultural preservado. ●



Jóvenes y adultos jugando al *Adji*.



El Alcalde de Lokossa, Sr. Sossou, jugando al *vê*.

Consulta ciudadana sobre el estado general del deporte

Nicole Dreyer

Concejala de Pequeña Infancia, Acción Educativa y Vida Escolar;

Serge Oehler

Concejal de Deporte,

Ayuntamiento de Estrasburgo (Francia)

El deporte se ha convertido en un fenómeno social y cultural de primer orden para los ciudadanos de todas las edades, sobre todo por los valores educativos que transmite. A fin de conocer las expectativas expresadas por públicos diferentes en el ámbito del deporte y poder definir una política deportiva adaptada a las expectativas de la ciudadanía y a las necesidades reales, el Ayuntamiento de Estrasburgo ha emprendido una iniciativa participativa: el Estado general del deporte. Esta iniciativa de concierto, que muestra la voluntad pública de definir colectivamente la política deportiva de la ciudad, se centra en diferentes ejes que tienen en consideración fundamentalmente el carácter educativo del deporte.

En un ejercicio de democracia participativa, el Ayuntamiento de Estrasburgo ha querido recabar las opiniones y sugerencias de la ciudadanía, las asociaciones y las instituciones, así como las del conjunto de los agentes del deporte de la ciudad, sobre la práctica deportiva en Estrasburgo, ciudad de 276.063 habitantes.

El deporte se ha convertido en un fenómeno social y cultural de primer orden para los ciudadanos de todas las edades, sobre todo por los valores educativos que transmite.

A fin de conocer las expectativas expresadas por diferentes públicos en el ámbito del deporte y de poder definir una política deportiva adaptada a las expectativas de la ciudadanía y a las necesidades reales, el Ayuntamiento de Estrasburgo ha emprendido una iniciativa participativa: el Estado general del deporte.

La consulta a la ciudadanía, realizada mediante un cuestionario y entrevistas individuales (habiendo participado en total 1.400 personas), y la celebración de cuatro conferencias-debate sobre el deporte, abiertas al público en general, han permitido realizar un diagnóstico de la actividad física y de la práctica deportiva en la ciudad. El resultado de ese diagnóstico, presentado ante un gran número de asistentes durante una sesión de síntesis, también ha permitido trabajar en las orientaciones y los ámbitos de acción de la nueva política deportiva, que se traducen

en el desarrollo de programas de acción y de proyectos operativos.

Esta iniciativa de concierto, que muestra la voluntad pública de definir colectivamente la política deportiva de la ciudad, se centra en diferentes ejes que tienen en consideración fundamentalmente el carácter educativo del deporte.

El capítulo educativo de la política deportiva municipal contribuye al acceso a la actividad deportiva para todos, para desarrollar así los objetivos que se persiguen a través del deporte: inserción social, salud, bienestar, etc. Por esta razón, los ámbitos de intervención de la acción municipal de Estrasburgo son principalmente: el ocio y el tiempo libre, la salud y el bienestar, el desarrollo infantil y juvenil, la prevención y la inserción social, así como la contribución del deporte a la convivencia en la ciudad.

Esto se concreta sobre el terreno en diversas acciones. Durante el año escolar, la iniciativa de la ciudad de Estrasburgo se articula en torno a proyectos como la animación en los gimnasios: participan 9.000 jóvenes que se benefician de 195 horas por semana de actividades en gimnasios; intervenciones en el marco del Contrato Educativo Local en una proporción de veinticinco reservas por semana; visitas de grupos escolares al estanque de Baggersee (2.800 niños por año) para descubrir actividades físicas en plena natura-



leza; actividades dirigidas a la tercera edad y a las personas discapacitadas; cursos escolares de natación (17.000 niños por año) y de iniciación al patinaje (5.000 niños por año). Durante el verano, el programa "Pasión por el Deporte" permite inundar los barrios de la ciudad de múltiples y variadas actividades deportivas en los parques públicos, las piscinas y a pie de calle, 25.000 personas participan en las actividades de verano en el marco de este programa, poniendo de manifiesto el gran interés de la ciudadanía por las actividades físicas y deportivas.

El Ayuntamiento de Estrasburgo, por medio de la Dirección de Deportes, trabaja en la animación deportiva de la ciudad y sus barrios. El Departamento de Actividades Físicas y Deportivas, integrado en el Servicio de Vida Deportiva, garantiza todas estas actuaciones. De este modo, más de una treintena de animadores deportivos participa en el desarrollo de los valores educativos del deporte en la ciudad de Estrasburgo. Sus acciones, dirigidas a todos los públicos, permiten fomentar la práctica y la iniciación deportiva individual y colectiva, pero también familiar, favoreciendo el encuentro entre barrios, culturas y generaciones. Asimismo, también tienen en cuenta las implicaciones en la salud pública, y sensibilizan a los jóvenes sobre los bene-

ficios de la práctica deportiva, la nutrición y cómo evitar las conductas de riesgo. Del mismo modo, participan en la integración de las personas discapacitadas. Los mecanismos que se han establecido también contribuyen al éxito escolar y a la integración del niño en su escuela y barrio mediante una mejor articulación entre el tiempo escolar y el extraescolar.

El Ayuntamiento de Estrasburgo también presta apoyo a las iniciativas emprendidas por el movimiento asociativo local para promover los valores educativos del deporte. A este respecto, puede aportar financiación y ayuda material facilitando el acceso a infraestructuras o aportando medios logísticos diversos y variados para un correcto despliegue de la iniciativa.

En conclusión, las acciones se llevan a cabo en todos los barrios de la ciudad y se dirigen tanto a los jóvenes como a los mayores, a todas las personas tengan o no una discapacidad y atañen tanto a los individuos como a los grupos que practican deportes.

Esta nueva política deportiva se somete a una evaluación continua y, para ello, se ha creado un observatorio de las prácticas deportivas y de las actividades físicas con el objetivo de adecuar la oferta a la demanda. ●



Montevideo, ciudad saludable

Gonzalo Halty

Director de Deporte de la Intendencia Municipal de Montevideo (Uruguay)

Propender a una política de municipios saludables obliga a la administración que así lo asuma a ejercer una dinámica decidida en todo lo que concierne a la articulación de bienes y servicios (públicos o privados) en el territorio, que procuren mejorar la calidad de vida de la población.

Habiendo hecho un diagnóstico preciso, se dio comienzo al diseño de este programa que se propone, en líneas generales, construir una política de instrumentación de acciones simultáneas que actúen directamente sobre las situaciones problema detectadas. A modo de ejemplo, se destaca que el 60,3% de la población no practicaba ningún tipo de actividad física, y que sólo el 25% de la que lo hacía era población femenina; a su vez, cerca del 50% de los practicantes realizaban ejercicio en espacios comunitarios o plazas públicas.

Todos somos conscientes de la importancia que tienen la actividad física, el deporte y la recreación en sí mismos. En el escenario del trabajo comunitario, la experiencia nos ha demostrado que, además de estos valores intrínsecos, nos enfrentamos, además, a elementos conceptualmente complementarios y desafíos innovadores que van hacia la propia autonomía del/la ciudadano/a en cuanto a su capacidad de decisión; a la definición de sus prioridades y las del colectivo; al abordaje de los temas que lo aquejan, incidiendo en la definición de determinadas problemáticas y su forma de solucionarlas; promoviendo la confianza en uno mismo, fomentando la expresión creativa y generando un sentimiento general de bienestar.

A partir de la misión de la Secretaría de Educación Física, Deportes y Recreación que nos obliga a crear una Política municipal en las áreas de su especialización, nos hemos trazado, además, tres objetivos generales que engloban todo nuestro accionar:

- Favorecer la elaboración de programas de desarrollo integral.
- Fortalecer el proceso de descentralización.
- Promover la creación y el desarrollo de una política democratizadora del acondicionamiento, uso y gestión de los bienes socio-comunitarios.

En relación al programa, sus objetivos son:

- Construir una red de articulación en base al marco conceptual definido.
- Elaborar proyectos junto con la comunidad.
- Crear distintos espacios saludables en parques, plazas y espacios públicos de la ciudad.
- Crear planes y proyectos complementarios a los espacios creados.
- Trabajar en consonancia con los principios del Plan Director de Infraestructura Deportiva.

A partir de una experiencia llevada a cabo los veranos 2003 y 2004, de instalación de dos módulos de trabajo multidisciplinario en la rambla costanera de la ciudad, trabajamos intensamente en la democratización del acceso a los diferentes beneficios que tiene la práctica de la actividad física y el deporte, vinculándolo necesariamente a un proyecto de sociedad más participativa y solidaria.

Es en ese momento que definimos dos tipos de abordajes:

- Trabajar con la población que ya tuviera instalada alguna patología (obesidad, hipertensión, diabetes o asma),
- Iniciar una estrategia de articulación y promoción de la actividad física en áreas verdes, ciclovías o espacios comunitarios.

Esta iniciativa no podía ser efímera, por lo cual necesariamente debía tener propuestas que tuvieran continuidad en el tiempo y, a su vez, que pudieran ser reinventadas y mejoradas por los múltiples actores intervinientes.

A partir de ello, en tanto gestores de políticas públicas, instalamos elementos de credibilidad suficientes para que las intervenciones que se elaboraran fueran parte de un proceso de desarrollo integral de la política deportiva así como de la salud de la población objetivo.

Esta estrategia de ejecución de acciones con la comunidad, en definitiva, lo que procura es el beneficio de la misma, con la consecuente y necesaria adaptabilidad a las



condiciones locales que sean pertinentes de acuerdo a las iniciativas barriales.

Por último, se incorpora también la tan mentada productividad y eficiencia a los procesos públicos, como forma de demostrar responsabilidad a la hora de gastar e invertir los dineros públicos. Procuramos, asimismo, incidir en el destino de los presupuestos de responsabilidad social de las empresas privadas para que sean congruentes con la política municipal.

FASE 1:

- Se realizó el estudio de hábitos de la población conjuntamente con la Dirección Nacional de Deporte y el Instituto Nacional de Estadística.
- Se instalaron mesas de trabajo en coordinación con la Organización Panamericana de la Salud (OPS), donde participaron múltiples actores públicos y privados; desde Ministerios a Empresas privadas.
- A partir de esas conversaciones se definió el camino a seguir.

FASE 2:

- Redireccionamos la inversión hacia otras zonas de la ciudad.
- Ampliamos la proyección social de la propuesta pedagógica y procuramos mayores recursos a través de patrocinadores.
- Se definió el tipo de equipamientos necesarios, para instalar circuitos aeróbicos, pistas de salud o estaciones fijas de actividad física en parques.
- Se coordinaron las acciones pertinentes para dar inicio a actividades físicas donde hubiera grupos ODH (obesos, diabéticos e hipertensos).
- Se instaló un grupo de actuación en asma y actividad física en convenio con el Hospital Pereira Rossell que atiende a población infantil.
- Iniciamos negociaciones comerciales para el patrocinio empresarial (circuitos aeróbicos, por ejemplo).

- Se realizaron cursos de capacitación a profesionales de las áreas públicas y privadas.

FASE 3:

- Sensibilizamos la interna municipal acerca de esta temática a través de la estrategia del Plan Director de Infraestructura Deportiva.
- Ampliamos de 2 a 8 las policlínicas atendidas.
- Se autorizó la instalación en los parques de la ciudad de los circuitos aeróbicos y equipamientos de gimnasia o de deportes libres.
- Se participó activamente en el diseño de estrategias de intervención urbana con la Dependencia de Acondicionamiento urbano y el Plan Integral de Asentamientos Irregulares - PIAI.
- Se instalaron nuevas ciclovías en la ciudad.

FASE 4:

- En 2008 se lanzó el Plan Director de Infraestructura Deportiva y se fortaleció el proyecto Parques durante la temporada de verano.
- Es en ese año que se presupuestan y comercializan las inversiones a través de patrocinadores.
- Se trabaja intensamente en el marco del Presupuesto Participativo con la comunidad.
- A fines de 2009 estamos en el procesamiento de los datos de una nueva encuesta de hábitos para comparar los resultados con los datos de 2005.

Contexto de aplicación de este proyecto

Montevideo concentra un 1.3 millones de personas, siendo la capital del país, y teniendo todo el Uruguay 3.3 millones de habitantes.

Una realidad socio-económica deteriorada, resultante de políticas económicas neoliberales aplicadas en los últimos 20 años ha dejado un cinturón de pobreza amplio en la periferia de la ciudad, instalándose en ella múltiples asentamientos irregulares que, después de la crisis del



2002, dejaron a casi un tercio de la población bajo la línea de pobreza.

En base a este análisis, nuestra proyección de servicios fue ir en el camino de desconcentrar las acciones, saliendo progresivamente de la costa (área de mejor nivel económico y de servicios), procurando abordar las áreas verdes de la ciudad y a su vez, priorizando las intervenciones en las policlínicas periféricas.

Evaluación

Faltando solo seis meses para el final de la gestión evaluamos que:

Se instalaron:

- Un nuevo circuito aeróbico en el Parque Rodó.
- Una nueva estación de ejercicios físicos en el Parque Batlle.
- Un nuevo circuito aeróbico en el Parque del Prado y próximamente se instalará la estación fija de actividad física.
- 15 nuevos tableros de basquetbol en parques y plazas, de forma coordinada con la Presidencia de la República.
- Servicio de docentes en 8 Policlínicas Municipales con financiamiento privado.
- Pista de skate en la zona del barrio Peñarol, zona histórica que se encuentra en reciclaje.

Se crearon:

- El Parque Público de Punta Yeguas (113 ha) en el oeste de la ciudad donde se promueve el deporte de aventura, el canotaje, el triatlón y el duatlón.
- El Parque Andalucía, espacio ribereño del arroyo Miguelete donde antes había un asentamiento irregular, con equipamiento deportivo.
- Tres nuevas ciclovías en la ciudad.
- Un grupo focalizado en problemas de asma en coordinación con el Hospital de niños.
- Un grupo de trabajo integral de actividad física y deporte en los parques durante el verano.
- El Parque Líber Seregni, con equipamiento deportivo, pista de salud y pista de skate.
- Se aprobó por parte de los vecinos, en el marco del Presupuesto Participativo, que un 42% de los proyectos fuera para inversiones destinadas a mejorar equipamiento deportivo comunitario.
- En el marco de la creación del Plan Director de Infraestructura Deportiva se protocolizó la concesión de espacios públicos a instituciones deportivas, fomentando el uso responsable del ambiente, cuidado de la energía y la optimización en el uso del equipamiento otorgado.
- Se está construyendo un complejo deportivo cerrado en la zona norte de la ciudad (Gruta de Lourdes), en el marco del Plan Integral de Asentamientos Irregulares. ●

El deporte me inspira

Pedro Peres

Coordinador del Programa, Departamento de Deportes del Ayuntamiento de Lisboa (Portugal)

De acuerdo con un diagnóstico social, el Departamento Municipal de Deportes de Lisboa está llevando a cabo una intervención destinada a promover la inserción social, a través del deporte, de la infancia y la juventud en situación de riesgo que viven en barrios desfavorecidos y problemáticos. La estrategia de la intervención se centra en el desarrollo de una relación dinámica con organizaciones locales públicas y no gubernamentales.

El deporte ofrece infinidad de posibilidades

Vivimos en una época de grandes progresos tecnológicos y descubrimientos científicos que prolongan la vida y aumentan el rendimiento. Sin embargo, esta sociedad moderna también ha contribuido a acentuar las desigualdades sociales y la injusticia se ha convertido, cada vez más, en una cuestión de supervivencia para los grupos más vulnerables.

La exclusión adquiere, así pues, la dimensión de un fenó-

meno social multidimensional que lleva a la no participación de los individuos, lo que implica que tan solo obtienen una mínima parte de los beneficios a los cuales tienen pleno derecho como miembros de la sociedad, en contra del concepto de integración social (Capucha, 1998). En este contexto, el deporte, dado su carácter único, debe desempeñar un papel fundamental como vehículo transmisor de referencias y valores positivos.





Su valor añadido, ampliamente aceptado, queda justificado en el “Libro Blanco” del Deporte en el cual, además de destacar la enorme aportación de la actividad deportiva, se anima a los Estados miembros de la Unión Europea a desarrollar iniciativas cuyo objetivo sea fomentar la inserción social a través del deporte.

Por consiguiente, la actividad física en general debe constituir un potente recurso para poner fin a los prejuicios y la discriminación. El deporte, en el que la diversidad es una riqueza a preservar y a explorar desde una perspectiva pedagógica, podría ser un medio de oportunidades múltiples y de libertad de expresión para acabar con la primacía de una cultura sobre las otras (Arends, 1995).

Esta actitud implica desarrollar un proceso de igualdad e inclusión en el que todas las personas de diferentes orígenes, independientemente de su clase social, sexo, capacidades u otras características, disfruten de un ambiente cómodo donde poder expresar su opinión y puntos de vista, así como practicar actividades deportivas propias tanto de su cultura como de otras (Houlihan, 2000; Kirk y Gorely, 2001).

Desde esta perspectiva, el Departamento Municipal de Deportes de Lisboa ha desarrollado un proyecto denominado “El Deporte me inspira”, una intervención local que se está llevando a la práctica con el objetivo de fomentar la inserción social a través del deporte para la infancia y la juventud en situación de riesgo, en los barrios desfavorecidos de la periferia urbana.

El contexto social de los barrios desfavorecidos

Con una extensión territorial de 84,8 Km², Lisboa es la ciudad más grande de Portugal, el municipio con mayor número de habitantes (558.965 en el año 2001) y mayor densidad demográfica (6.672,20 habitantes/Km² en el

2001). La población residente representa el 5,29% de la población total portuguesa.

En la década de los 90, con el fin de rehabilitar las barriadas, se creó un programa especial de realojamiento en las zonas urbanas de Lisboa y Oporto que consistía en ofrecer a las familias (principalmente extranjeras o minorías étnicas procedentes de países de habla portuguesa) que vivían en dichas barriadas, la posibilidad de comprar una vivienda en propiedad a un precio muy asequible.

Sin embargo, muchos de estos programas de acción no sobrevivieron a los intereses económicos directamente vinculados a la especulación inmobiliaria. El proceso ocasionó el movimiento masivo de personas hacia la periferia urbana donde los terrenos eran menos caros.

Además, no se construyeron los equipamientos sociales correspondientes, es decir, servicios educativos, zonas deportivas o de ocio. Todo ello dio paso a la discriminación y a una creciente exclusión social. Se concentraron demasiados problemas en zonas que ya sufrían el estigma de “barrio social”, donde cuyos residentes, población desfavorecida, se sienten oprimidos por la pobreza.

Actualmente, la mayoría de estos barrios presenta todas las características inherentes a los guetos urbanos: entorno de violencia, crimen, prostitución, adicción y tráfico de drogas y delincuencia juvenil. La exclusión social se refleja en actos violentos y vandálicos que revelan claramente la ausencia total del sentimiento de pertenencia a un lugar.

El deporte como instrumento de aprendizaje

De acuerdo con un diagnóstico social, se escogió uno de los barrios más desfavorecidos y problemáticos para iniciar las acciones estratégicas piloto del proyecto “El Deporte me inspira”.



Se definió una metodología de intervención centrada en el desarrollo de una relación dinámica con organizaciones públicas y no gubernamentales. Cada entidad participante seleccionó a un experto para formar parte de un equipo multidisciplinario. Dichos expertos técnicos poseían una larga experiencia en el sector y conocían la comunidad, especialmente a las niñas y niños, la juventud y sus familias, además de la dinámica social actual, por lo que estaban capacitados para realizar la intervención social, pero no contaban con los medios adecuados para desarrollar actividades deportivas debido a la ausencia de instalaciones y personal especializado.

Finalmente se formó un equipo de veintiún técnicos en diferentes ámbitos: psicólogos, profesores, monitores y educadores infantiles, etc. Ello propició una intervención polifacética centrada en diferentes áreas de conocimiento.

Para empezar, se decidió que las instalaciones deportivas municipales se pondrían a disposición de los colaboradores para realizar las actividades, de manera que se pudiese llevar a cabo una actividad deportiva simbólica con todos los niños, niñas y jóvenes.

Este aspecto fue relevante dada la nueva dinámica que provocó. En una segunda fase, surgió la necesidad de mejorar otras condiciones para promover las actividades deportivas. Fue necesario buscar otras entidades colaboradoras en el ámbito deportivo y profesores de educación física que impartieran clases regularmente, además de otras actividades deportivas dirigidas a los más pequeños.

Todos los colaboradores compartían los recursos, maximizando el rendimiento de cada organización mediante el trabajo en equipo, teniendo siempre en cuenta el valor añadido que aporta el ejercicio físico y el trabajo en equipo de cara a una transformación social.



Las actividades deportivas marcaron la pauta de todas las acciones. La intervención conjunta centró sus esfuerzos en el aspecto educativo del ocio.

Las acciones de la intervención se dividieron en tres ejes principales:

- *Actividades deportivas regulares:* para fomentar la participación de los grupos de niños y niñas y jóvenes, los colaboradores organizaron y llevaron a cabo actividades generales de educación física y baile, como fútbol sala, patinaje, natación, kickboxing, rugby, ping-pong, hip-hop, etc.
- *Actividades de Educación formal /No formal:* para formar nuevas referencias positivas y aprovechar la influencia de los expertos técnicos en el barrio, se llevaron a cabo algunas actividades con la ciudadanía con el fin de implicarla en el desarrollo de actividades deportivas regulares dirigidas a la comunidad. También se realizaron algunas actividades destinadas a aumentar la participación de los padres en el proceso educativo de sus hijas/hijos.
- *Actividades de ciudadanía:* con una periodicidad no preestablecida se llevaron a cabo algunas actividades con el objetivo concreto de generar un sentimiento de identidad y de pertenencia al barrio. En este sentido, se organizaron actividades en grupo, como talleres de plástica, sesiones de reflexión en las que los participantes podían definir las reglas, así como algunos Festivales Deportivos de puertas abiertas para mostrar a la comunidad el trabajo realizado y propiciar una atmósfera de entendimiento y juego limpio.



El deporte suprime barreras

En tiempos de grandes cambios sociales y de falta de referentes positivos, especialmente para la juventud, el proyecto "El Deporte me inspira" tiene como objetivo utilizar el potencial de los ideales positivos implícitos en el deporte y su capacidad de resolver problemas (Rubin, Fein & Vandenberg, 1983) ya que, entre otros aspectos, el juego actúa como transmisor de cultura a través del cual los ideales y valores pasan de generación en generación, de adulto a niño y de niño a niño (Sutton-Smith, 1979).

De hecho, hoy más que nunca, no se debe ignorar el valor añadido que representa la práctica de ejercicio físico para la transformación social.

Por consiguiente y de acuerdo con la valoración y control periódicos del equipo técnico de seguimiento, fue posible organizar actividades con grupos rivales que compartían el espacio a la misma hora, crear identidad y un sentimiento de pertenencia entre la comunidad más desfavorecida, fomentando el desarrollo de nuevas habilidades personales y sociales, dentro de un clima de entendimiento y juego limpio.

En uno de los barrios más violentos de Lisboa donde muchos otros programas habían fracasado, fue posible abordar los problemas de exclusión a través de este proyecto experimental. Los magníficos resultados conseguidos llevaron a aplicar la misma metodología en otros barrios de

la ciudad, con las pertinentes adaptaciones a cada contexto social específico.

El proyecto "El Deporte me inspira" simplemente trata dar cumplimiento al derecho de todos los ciudadanos a practicar deportes establecido en la Constitución. Por el mero hecho de incluir en las mismas actividades a personas de diferentes clases sociales, edades, culturas y sexos, las tensiones han disminuido, se han suprimido barreras y algunos comportamientos peligrosos han desaparecido. ●

Bibliografía

- ARENDS, R. (1995). *Aprender a ensinar*. Lisboa: McGraw-Hill
- CAPUCHA, M. A. (1998). *Pobreza, Exclusão Social e Marginalidades*. Oeiras: Celta Editora.
- CAPUL, M. y LEMAY, M. (2003). *Da Educação à Intervenção Social*. Oporto: Porto Editora.
- CLAVEL, G. (2004). *A Sociedade da Exclusão - Compreendê-la para dela sair*. Oporto: Porto Editora.
- COELHO, O. (2004). *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.
- COMISIÓN EUROPEA (2007). *Libro Blanco del Deporte*. Bruselas.
- HOULIHAN, B.M. (2001). *Citizenship, civil society and the sport and recreation profession*, *Managing Leisure*, 1-14.
- HOULIHAN, B.M. (2000). *Sporting excellence, schools and sports development: The politics of crowded policy spaces*, *European Physical Education Review*, 62, 171-194.
- RUBIN K., FEIN G., y VANDENBERG, B. (1983). *Play*. In P.H. Mussen (ed.) *Handbook of Child Psychology*, Vol. 4. Nueva York: John Wiley and Sons.
- SUTTON-SMITH, B. (1979). *Play and Learning*. Nueva York: Gardner Press.

Asociación Internacional de Ciudades Educadoras (AICE)
C/Avinyó 15, 4a planta
08002 Barcelona (España)

Coordinación:
Juli Pernas López, Director de la Fundació Barcelona Olímpica

Coordinación técnica:
M^a Ángeles Cabeza Santano, Secretariado de la AICE
Javier Lasunción, Fundació Barcelona Olímpica

Traducciones
Del inglés: Ángel F. Bueno, Isabel Roqueta, Tau Traduccions
Del francés: Tau Traduccions
Del catalán: M^a Ángeles Cabeza Santano

Revisión de estilo y correcciones:
Secretariado de la AICE

© de la edición:
AICE

© de las entrevistas y artículos:
Los autores

© de las fotografías
Cubierta:
Ayuntamiento de San Sebastián

Entrevista a Sergio Chiamparino:
Ayuntamiento de Turín

Entrevista a Steven N. Blair:
Ayuntamiento de Guadalajara, Dirección General de Educación;
Ayuntamiento de Loures;
Ayuntamiento de San Sebastián;
Institut Barcelona Esports

Entrevista a Christina Ramberg:
Ayuntamiento de Göteborg

Entrevista a Johann Olav Koss:
Right To Play

Artículo de Paul de Knop y Marc Theeboom:
Marc Theeboom

Artículo de Gertrud Pfister:
Adriana Machado;
Ayuntamiento de Estrasburgo
Fotoquelle: LaufReport.de;
Right To Play

Artículo de Enrique Rovira-Beleta:
Institut Barcelona Esports;
Rovira-Beleta Accesibilidad SLP;
Special Olympics Catalunya

Experiencias:
Ayuntamiento de la Ciudad de México;
Ayuntamiento de Estrasburgo;
Ayuntamiento de Granollers;
Ayuntamiento de Lisboa;
Ayuntamiento de Lokossa;
Ayuntamiento de Montevideo
Right To Play

Maquetación e impresión:
Imagen y Producción Editorial,
Ayuntamiento de Barcelona

Fecha de publicación:
Abril 2010

Depósito legal:
B-16.063-2009

ISSN:
2013-3634



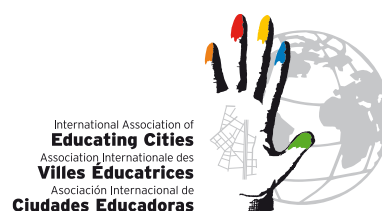
**Diputació
Barcelona**



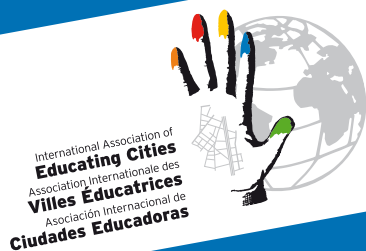
Ajuntament de Barcelona



Fundació Barcelona Olímpica



Avinyó, 15 - 4^a planta - 08002 Barcelona
Tel: +34 93 342 77 20 - Fax: +34 93 342 77 29
edcities@bcn.cat
www.edcities.org



“...Los Juegos fueron un acontecimiento que verdaderamente llegó a formar parte de nuestras vidas y creo que el concepto “Ciudad Educadora” estuvo presente durante la organización y celebración de los Juegos Olímpicos. Además, aparte de organizar el evento, invertimos en crear nuevas infraestructuras y programas destinados a fomentar el deporte para personas de todas las edades y a promover la concienciación sobre el deporte y los valores que éste conlleva.”

Sergio Chiamparino, Alcalde de Turín