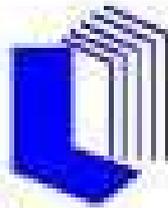




Actividad Física y Ciencias



ISSN: 2244-7318
Revista electrónica arbitrada



Año: 2010

Vol: 2

Nº 2

Universidad Pedagógica Experimental Libertador
Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara”
Centro de Investigación Estudios en Educación Física, Salud, Deporte, Recreación
y Danza – EDUFISADRED

Revista electrónica
Actividad Física y Ciencias

Directora

Dra. Rosa López de D’Amico

Comité Editorial

Dra. Rosa López de D’Amico

Prof. Nick Romero

Prof. Rebeca Oropeza

Dr. Jorge Ramírez

Prof. Nancy Barrios

Secretaría

Prof. Amalia Mendez

Traductores

Prof. Silvia Mendoza

Prof. Carlos Segnini

Apoyo en la página web

Maracay - Venezuela

Universidad Pedagógica Experimental Libertador
Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara”
Centro de Investigación Estudios en Educación Física, Salud, Deporte, Recreación
y Danza – EDUFISADRED
Año 2010, Volumen 2 N° 2

Índice

Editorial

ARTÍCULOS

MDHP – FUNPIU Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES FISICAS -
DEPORTIVAS COMUNITARIAS ORGANIZADAS DESDE LA UNIVERSIDAD

Nereyda Hernandez

PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDO A LA COMUNIDAD UPELISTA DEL
INSTITUTO PEDAGÓGICO “RAFAEL ALBERTO ESCOBAR LARA”. MARACAY
ESTADO ARAGUA

Gladys Guerrero, Elizabeth Mizrahi

UNA VISIÓN GLOBAL DE LAS REGLAMENTACIONES Y SU INFLUENCIA EN EL
RENDIMIENTO DEPORTIVO

Rosa López de D’Amico

CALCULATION OF SCORES AND DESCRIPTIVE STATISTICS FOR WHOQOL
INSTRUMENTS USING MICROSOFT EXCEL

Bruno Pedroso

NECESIDAD DE UN SISTEMA PROVISORIO PARA LA PROFESIONALIZACIÓN DEL
ENTRENADOR DEPORTIVO EXPERTO

Luwi Guzmán Córdova, Jorge Ramírez Torrealba

Revista Electrónica Actividad Física y Ciencias

Vol. 2, N° 2. Año 2010

Editorial

En medio de unos tiempos tan difíciles por la situación climática, siempre aparece un motivo para agradecer al universo y al potencial creativo humano. Este número de nuestra revista **Actividad Física y Ciencias**, constituye uno de esos motivos que nos llena de gran satisfacción por cuanto representa un esfuerzo digno y respetable para promover y divulgar las últimas investigaciones en materia de Educación Física.

Esta entrega recoge importantes contribuciones al conocimiento de lo que se está haciendo en materia deportiva, y en educación física en general; hay aportes en esta edición de autores de Brasil y Venezuela. Desde esta plataforma queremos agradecer a todos los autores colaboradores por sus valiosos aportes e invitamos a otros investigadores y ensayistas a incorporarse con sus trabajos al esfuerzo de divulgación que se está realizando, y que representa nuestra convicción de que una sociedad sana y participativa se logra con la contribución de todos.

Nuestra juventud requiere de escenarios propicios para su desarrollo integral, y una forma loable de incentivar el esfuerzo de deportistas y atletas, es profundizar en sus quehaceres promoviendo y dando a conocer sus experiencias.

Feliz 2011

Nanci Barrios
Comité Editorial

Revista Electrónica Actividad Física y Ciencias
Vol. 2, N° 2. Año 2010

**MDHP – FUNPIU Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO
DE ACTIVIDADES FÍSICAS - DEPORTIVAS COMUNITARIAS
ORGANIZADAS DESDE LA UNIVERSIDAD**

Nereyda Hernández
Universidad de Carabobo
<nereyda38@cantv.net>

RESUMEN

Este ensayo, representa una reflexión crítica de las experiencias realizadas por la autora, referida al impacto de las competencias docentes para la promoción de la actividad física-deportiva comunitaria organizadas desde la universidad de Carabobo. Estas vivencias, se encuentra relacionadas con los resultados de una investigación concluida titulada: “Modelo Teórico de Desarrollo de Habilidades Profesionales para la Función Profesor Investigador Universitario (MDHP –FUNPIU), inscrita en la Línea de Investigación Función Docente (LINFUNDO). Aquí se presentan los procesos de cambios que se generan en las aulas universitarias, relacionadas con el conocimiento que se pueden ofrecer a las comunidades, específicamente en el área física - deportiva y recreativa, desde las funciones de docencia, investigación y Extensión. Desarrollar las actividades dentro de este proceso, es plasmar una metodología adecuada, aunado a las habilidades profesionales que intervienen en las prácticas y le dan al docente un estilo propio de dirigir y obtener los objetivos propuestos. La metodología que se emplea para generar las acciones de participación comunitaria, es a través de las prácticas pedagógicas constructivistas, mediante el abordaje de proyectos organizativos, visto esto, como un proceso de mediación e interacción que involucra el contexto y los actores de diferentes modos, sectores sociales y de diferentes edades. Para ello, se planifica y se trazan objetivos desde el punto de vista organizativo y participativo. Para concluir, en el enfoque que presentamos, se propone una formación de competencias multifacéticas para un profesional proactivo en el área de la Actividad Física, Deporte y Recreación, fundamentándose en los componentes del modelo FUNPIU, que permite desarrollar habilidades profesionales para la competencia docente, además provee un estilo interdisciplinario en el manejo de las experiencias curriculares, donde, lo teórico- práctico, la acción, reflexión y construcción, son los ejes del proceso para aplicación de conocimientos en contextos reales y relevantes al área de la actividad física – deportiva.

Descriptor: Actividades Deportivas Comunitaria, MDHP-FUNPIU

FUNPIU THE THEORY MODEL AND ITS IMPACT IN THE DEVELOPMENT OF PHYSICAL - SPORT COMMUNITARIAN ACTIVITIES ORGANIZED FROM THE UNIVERSITY

ABSTRACT

This essay represents a critical deliberation about experiences performed by the author, referring to impact of professors' proficiencies for the promotion of physical – sport communitarian activities organized from Carabobo University. These experiences are related to results of a concluded researched named: “Theory Model of Professionals Development for University Professor-Researcher Function (MDHP-FUNPIU), registered in Professor's Function Research Line (LINFUNDO). Processes of changes generated in university classrooms related to knowledge that could be offered to communities are presented here, specifically about physical – sport and recreation area, since professors, research and extension functions. To develop activities under this process is to give an adequate methodology, added to professional activities which take part on practices and give to the professor a proper style for direction and obtaining proposed objectives. Applied methodology for generating communitarian participation is the practice of constructivist pedagogical practices, through approaching organizational projects, considered this as a mediation-interaction process which involves context and actors in different ways, social sectors and ages. For this, objectives are planned and plotted since an organization and participative point of view. To conclude, in this approach a formation of multifaceted competences is proposed for a proactive professional on Physical, Sport and Recreation Activity area, based on FUNPIU model components, which allows to develop professional skills for professor's competence, and besides gives an interdisciplinary style for the control of curricular experiences, where the theory-practice, the action, reflection and construction, are the process axis for applying knowledge in real and relevant contexts to physical – sport activity.

Keywords: Communitarian Sport Activities, MDHP-FUNPIU

MDHP – FUNPIU Y SU IMPACTO EN EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES FISICAS - DEPORTIVAS COMUNITARIAS ORGANIZADAS DESDE LA UNIVERSIDAD

Se desea en este Ensayo condensar el impacto que ha tenido el Modelo de Desarrollo de Habilidades Profesionales para la Función Profesor Investigador Universitario (MDHP - FUNPIU) en el área de la Actividad Física-deportiva

El modelo propuesto constituye un constructo mental que denota un conjunto de categorías inter.-relacionadas, construidas para exponer habilidades en la Función Profesor Investigador, que concierne ser justificado con la práctica, puesto que, el mismo puede ser el inicio de un estudio provechoso sobre el campo de la formación y actualización del profesor universitario, donde se pueden incorporar ideas propuestas o metodologías generadas productos de acciones del desempeño.

Los componentes del modelo se sustentan en **categorías conceptuales**, las cuales se expresan como proposiciones o enunciados que serán necesarias para desarrollar habilidades profesionales para la competencia en el desempeño de la función profesor investigador universitario, de manera eficiente, Estas categorías conceptuales generadas se muestran en el gráfico 12 en anexo

De acuerdo a lo anterior esta teoría emergente que es el modelo Funpiu, se han centrado las siguientes ideas:

-El conocimiento del profesor investigador se sitúa en un sistema de acción interinstitucional vinculadas a condiciones sociales, políticas y personales. -El conocimiento del profesor investigador conviene estar centrado en una estructura de acción que favorezca a las necesidades formación y actualización continua de manera que el sistema pueda mantenerse y obrar en la comunidad universitaria con innovación ante los cambios. -El conocimiento del profesor conviene formarse y aplicarse en la práctica en una combinación y continuado proceso de acción, reflexión, y construcción activa y cooperativa del saber ser, conocer, hacer, pensar, investigar y convivir. -El conocimiento del profesor investigador, se desarrolla sobre situaciones educativas contextualizadas, donde se ajustan bajo un sistema

de pautas, las acciones concretas generadas por el. -La acción del profesor investigador se asume con un compromiso transformador e innovador, con el universo intelectual, afectivo y espiritual prevaleciendo los valores personales y universales en el quehacer educativo, estableciendo interacciones, vínculos y comunicaciones que unen los actores de la educación en variados contextos.

De allí, es de interés, el desarrollar habilidades profesionales proveniente del desempeño profesional, fundamentado en las competencias docentes y de investigación. Es decir que estas competencias vienen a ser el resultado final de un proceso teórico práctico, determinado por funciones y tareas precisas en la actuación profesional. Es importante no sólo construir y reconstruir el conocimiento profesional, sino que hay que deliberar en cuanto a que hacer, por que hacerlo, y para que hacerlo; lo que resume que hay que abordarlo desde el punto de vista formativo y didáctico o sea, desde el conocimiento a la acción, para que proporcione el desarrollar habilidades profesionales y actualizar repertorios en la función profesor investigador

La contribución de este análisis para la investigación, es señalar que las competencias incluyen habilidades y ambas conforman un fundamento, cuyos principios se han incluido en los desempeños laborales eficientes, particularmente en las actuaciones educativas, además, se han considerado en los nuevos modelos de formación y actualización. Por lo que se puede entender que, ser competente implica la afluencia del saber conocer, hacer, ser y convivir, aunado al entorno estructural contextual, como también, del dominio axiológico desde sus niveles personal social y de convivencia, regulado por un repertorio de pautas De allí que es necesario considerar las habilidades docentes y de investigación, centrado en un modelo, de manera que, puedan ser desarrolladas para la competencia profesional, bajo el enfoque teórico práctico, y accedan o contribuyan también, en la formación y actualización del profesor investigador universitario.

Componentes del Modelo

El modelo de Desarrollo de Habilidades Profesionales para la Función Profesor Investigador Universitario (MT-DHP-FUNPIU), está constituido por un plano empinado re-

presentándose en forma piramidal que significa **autorrealización**, donde se expone un marco filosófico que representa un parámetro para enfocar la preparación (**formación, capacitación y actualización permanente**) del profesor investigador (cognitivo, crítico, reflexivo y constructivista), puesto que, nos da una ubicación al mostrarnos en donde estamos y hacia donde nos dirigimos, con ascendencia progresiva, escalando y transfiriendo la producción adquirida y **renovada** a la calidad de la docencia e investigación universitaria para su **transformación**. Así mismo, los elementos antes mencionados, al reunirse, constituyen el eje dinámico y permanente del conocimiento en acción, reflexión, construcción y reflexión sobre la acción, de las habilidades profesionales.

Bajo esta visión se crea el modelo de desarrollo de habilidades profesionales, donde los profesores investigadores de manera individual y colectiva, construirán sus propios repertorios, con la proposición de un **conjunto de categorías** vinculadas entre si, que han de propiciar la reflexión, deliberación y la toma de decisiones para el surgimiento y desarrollo de habilidades profesionales para docencia y la investigación universitaria. Entre las categorías centrales podemos mencionar **conocimiento**, el cual presenta diferentes propiedades representadas en la clase categórica, subcategorías y subdistribución categórica; así mismo las categorías **Estructural contextual, axiológica, y normativas y pautas**.

De acuerdo a lo anterior, se sugiere en el modelo, **estrategias** que permitan operacionalizar y organizar los procesos de acción, reflexión, construcción y reflexión sobre la acción, para el desarrollo de habilidades profesionales manifestadas en las competencias del desempeño de la función profesor investigador universitario. Entre las estrategias propuestas podemos señalar: **estrategias iniciales o conceptuales**, donde se define lo semántico conceptual (conocimiento teórico) del proceso. **Estrategias procedimentales**, consiste en la aplicación del conocimiento teórico usado en la práctica, para generar el conocimiento práctico. **Estrategias de cierre y ajuste**, es la producción del conocimiento generado de la teoría y práctica, o lo que es lo mismo del conocimiento a la acción, reflexión y construcción, para luego desarrollarlo a nuevas situaciones. **Estrategias de comunicación y divulgación**, son aquellas referidas a la socialización del conocimiento, donde la producción generada es comunicada a diferentes niveles de contextos intra y extrauniversitarios.

Categorías del MDPH - FUNPIU y sus Relaciones

Son cuatro las categorías centrales que conforma el modelo, ellas son: categoría **Conocimiento**, considerado clave para orientar la enseñanza en general y la investigación, en particular en los docentes universitarios; categoría **Estructural Contextual**, que pertenece a la orientación situacional en donde se realiza o producen las actividades de docencia e investigación; categoría **Axiológica**, relacionado con la orientación personal social con niveles personales y colectivos, como también, interactivos y de convivencia, donde se involucran los valores actitudes, creencias... y por último la categoría **Normativas o pautas**, referidas a las normas reguladoras para actuar en situaciones particulares en los procesos de docencia e investigación.

Categoría Central Conocimiento

Visto el conocimiento docente, desde la teoría crítica con su enfoque crítico reflexivo, es decir un conocimiento construido por sus actores, formado y aplicado en la práctica profesional en un prolongado proceso de conocimiento en acción y reflexión en y sobre la acción, nos dirige a pensar que el desempeño de la función profesor investigador universitario, es producido y determinado por un universo de habilidades que agrupadas configuran un enunciado para la competencia eficiente y de calidad en la función mencionada anteriormente, las cuales están vinculados e interrelacionado a un sistema de acción social, para su desarrollo y transformación. Ahora bien, interesa el conocimiento teórico y práctico, es decir lo relacionado con el dominio conceptual que permite actuar en el dominio procedimental en situaciones donde se dan los procesos de docencia e investigación.

.En relación a lo anterior, se ha generado en la categoría conocimiento, una clase categórica que la distinguimos como **habilidades cognitivas**, su dominio fundamenta la comprensión de situaciones en la actuación de la función profesor investigador, que al ser desarrolladas propician varios tipos de conocimientos, que al relacionarse entre sí, reproducen estructuras de conocimiento más profundas o metaconocimiento.

Esta categoría central, contiene las subcategorías que refieren a los tipos de habilidades cognitivas, a saber: **habilidades de ser**, que se relaciona con las actitudes, valores morales y éticos que caracterizan al docente, **habilidades del conocer**, se relaciona con el proceso de comprensión del conocimiento teórico conceptual, **habilidades del hacer**, se vincula con la actuación práctica de la enseñanza y de la investigación, **habilidades del convivir**, relacionado con lo sociocultural. Todas estas subcategorías al ser distribuidas categóricamente hacen más específicas cada una de las habilidades señaladas anteriormente, que conectadas proporcionan variadas experiencias en los procesos de docencia e investigación preparando para un conocimiento experto.

Categoría Central Estructural Contextual

Esta categoría, se identifica con el conocimiento práctico, facilita orientaciones para diferentes niveles de organización y de contenidos, referidos al contexto, en situaciones de la actuación o acción en los procesos de docencia e investigación. Es importante, poseer conocimiento del ambiente de enseñanza e investigación, puesto que allí, es donde se estructuran las estrategias para las experiencias sociales del profesor investigador, que a su vez son divulgadas y socializadas.

De acuerdo a lo anterior, en esta categoría, contiene **habilidades estructurales contextuales**, que implica tener conocimiento del entorno en donde se realiza la práctica profesional. También, subcategorías como: **red de disposición, formación y desarrollo de carrera**, se refieren a la organización de diferentes sistemas para la formación y actualización permanente del profesor investigador universitario; **red investigativa institucional y tecnológica de formación y renovación permanente**, involucra las nuevas tecnologías de información y comunicación en los procesos de docencia e investigación, en ellas se distribuyen categóricamente para hacen más específicas cada una de las habilidades mencionadas.

Categoría Central Axiológica

Los seres humanos por naturaleza, está inclinado a establecer vínculos con los otros y a relacionarse con los demás, tornándose así, con conocimiento de las personas con las que se relacionan, lo que le permite desarrollar habilidades para reflexionar y trabajar juntos.

De allí, que en el modelo se establece la clase categórica donde refiere a dos niveles sociales de acción, a saber, **nivel social interactivo**, donde se destacan las habilidades personales y habilidades sociales, y el **nivel personal social de convivencia**, donde se distinguen las habilidades para convivir. Ambos niveles refieren a una orientación que es necesaria para estructurar la realidad social del docente en sus acciones prácticas. Así mismo, las subcategorías generadas tienen una vinculación de dependencia con las clases categóricas señaladas anteriormente en donde podemos destacar las **habilidades individuales** y las **habilidades colectivas** que se vinculan con el nivel personal social interactivo y a su vez con las habilidades sociales y las colectivas señaladas anteriormente. Aquí también señalamos, las **habilidades para el reconocimiento y la tolerancia** y las **habilidades para planificar y actuar e investigar** en la función profesor investigador, que a su vez se vinculan con las habilidades del convivir señaladas en la clase categórica anterior.

Categoría Central Normativas o Pautas.

Todas las acciones realizadas en los procesos de docencia e investigación son emplazadas mediante un control, que se reduce a un conjunto de procedimientos que han de seguirse para la producción del conocimiento. El dominio del conocimiento de regulación, incluye formas de conocimiento que es importante para acompañar la propia conducta y el aprendizaje, como también organizarlo. De allí que es necesario considerar este aspecto a la hora de formar, y actualizar al profesor investigador universitario.

Con respecto a lo anterior, en esta categoría central, contiene **habilidades reguladoras**, que se relaciona con el control de reglas prácticas que refieren el actuar en situaciones particulares. Así, las subcategorías **habilidades reguladoras sistema de criterios**, que refieren al conjunto de procedimientos, que son disciplinadas por el uso y costumbre, como también, por el estilo y postura asumida en los procesos de docencia e investigación, todo esto, indica que son elementos de la subdistribución categóricas que se conectan entre si

con las subcategoría antes mencionada. Continuando, destacamos otra subcategoría que la denominamos, **habilidades reguladoras sistema de normas**, que están relacionadas con las leyes, reglamentos, normativas y lineamientos que normalizan los procesos de docencia e investigación.

Estos cuatro grupos de categorías centrales, son relevantes en la práctica profesional de la docencia e investigación, implica un conocimiento teórico y un conocimiento práctico o aplicado, la cual se encuentra determinada por un conjunto de habilidades profesionales que al vincularse estructuran una unidad de competencia que viene a ser el resultado final de un proceso crítico, reflexivo, constructivo. El universo de habilidades profesionales para la función profesor investigador universitario, constituye una estrategia para abordar la innovación y transformación de las universidades, con criterios de calidad, pertinencia y renovación continua o permanente, con los actores de la enseñanza.

De acuerdo a lo señalado, vamos a perfilar un prototipo de profesional en la praxis de la Educación Física y la Recreación, fundamentado en el modelo MDHP-FUNPIU, para ello se plantean un **conjunto de dimensiones, competencias y habilidades, que pudiesen constituir el perfil del docente del área de Educación Física, Deporte y Recreación para este milenio.**

El profesional ideal, que proponemos, es un sujeto multidimensional proactivo, cuyo desempeño se construye con estrategias teórico - prácticas basadas en la interactividad de variados contextos (universidad - escuela – comunidad – empresas – alcaldías, entre otras). Es decir, que se debe integrar los componentes de formación, con las funciones de docencia, investigación, servicio y extensión, con el sector del entorno relevante y pertinente al perfil profesional.

El comportamiento del sujeto proactivo, se describe así, se busca formar un persona racional, integrado con la propia experiencia, donde el dominio actitudinal, motivacional, afectivo y espiritual, juegan un papel decisivo no solamente en el equilibrio emocional, sino como inductor en la toma de decisiones, así mismo, la implicación del sujeto en determinadas tareas, no es solamente el resultado del conocimiento adquirido, sino de la interacción entre éste, las creencias y actitudes despertadas. Y junto a estas las proyecciones, las habili-

dades para actuar, saber ser, saber convivir y saber hacer (**ser, conocer, hacer y convivir**), son pues los ejes que conforman la columna vertebral de las intenciones y estrategias en la formación profesional. Por supuesto, que esta persona proactiva se mueve en las coordenadas: institución, docentes y currículo

Con este enfoque, se centra en formar un profesional del área de Educación Física **primero**, con una preparación basada en la formación integral del ser humano entendido desde su multidimensionalidad aplicabilidad y múltiples usos, **segundo**, desarrollo de habilidades y destrezas para la competencia, de una manera activa, reflexiva y relacionada con el entorno, además, con interactividad trasdisciplinaria, **tercero**, capacidad de estar abierto a una constante renovación de acuerdo a los avances y cambios del devenir, **cuarto**, una formación de un adulto responsable con una dimensión axiológica en lo personal social (líder, ético, responsable por sus actos, omisiones y aportes ...).

Este sujeto proactivo utilizará sus conocimientos en formación y los ya formados en diferentes situaciones, de acuerdo a la situación requerida en el área de Educación Física (socio - geográfica) cultivando sentimientos y valores éticos, demostrando actitudes positivas, altruistas al bien común. En resumen, una formación que desarrolle una conciencia personal social transferible en crecimiento personal y profesional, fundamentada en los conocimientos (saber), capacidad de aprendizaje en el mismo en el ambiente de trabajo (hacer) y el cultivo de valores (ser), son estos garantía para que el profesor de Educación Física, Deporte y Recreación se desenvuelva en su campo laboral, de manera calificada, capaz de continuar aprendiendo de un proceso ilimitado de formación permanente. Para lograr esta salida debemos tener una visión innovadora.

Para ello, se busca una formación “transdisciplinaria” y de naturaleza polifacética a objeto de responder a la problemática concreta e impredecible de la sociedad, donde la **estrategia** sea el centro para proyectar ideas, enjambres de conocimientos y de destrezas con aplicaciones múltiples con innovación y en diferentes contextos.

Retomando la estrategia, como eje en el proceso de enseñanza y aprendizaje en la formación del profesional de la Educación Física, esta se sitúa en el enfoque y modelo anteriormente señalado, donde el plano de la **actividad social y la experiencia compartida**,

está fundamentada en la mediación del docente y estudiantes que es la que prevalece. En este sentido, el docente se convierte en un arquitecto, organizador y mediador en el encuentro del alumno con el conocimiento, de una manera constructiva y significativa.

Este aprendizaje, lo hemos denominado aprendizaje estratégico, donde se diseñan **modelos** de intervención integrados por problemas, situaciones, casos, proyectos en las cuales se utilizan simultáneamente y de manera convergente, diferentes tipos de conocimientos, teorías y destrezas que son aplicados en contextos de la realidad social. De esta manera, el futuro profesional aprende a relacionar e integrar sus destrezas interconectando a diferentes áreas del saber, utilizando estrategias cognitivas y metacognitivas, es decir, generar conocimiento a través de los procesos de observación, comprensión, relación, clasificación, ordenamiento... por un lado y conocimiento generado por los procesos superiores del pensamiento ej., directivos, ejecutivos, proyectos, planes etc.

Una experiencia de ello, es el aprendizaje sobre la actividad física-deportiva, basado en el modelo MDHP-FUNPIU, aquí se considera una fase de motivación (exploratoria e introductoria al tema) y una fase de proceso y de transferencia del conocimiento a situaciones nuevas, en nuevos ámbitos. Esto, nos lleva a buscar el **conocimiento semántico**, de la temática (conceptos, principios normas, reglamentos, tipos formas y contextos relacionados con la actividad física-deportiva). Por otro lado, el **conocimiento procedimental**, es el proceso donde se desarrolla y automatizan hábitos, habilidades y destrezas que corresponden a la actividad prenombrada, para ser aplicadas, en este caso es, cómo aprender haciendo sobre la actividad-física-deportiva basado en la práctica.

Por consiguiente, se parte de una situación o problema en un contexto particular (comunidad, escuela, otros...), que se interviene a través del diseño de un proyecto (ejemplo proyecto deportivo-recreativo), en este proceso, se vivencian situaciones concretas de aprendizaje cooperativo, relacionadas con la organización, planificación, autogestión, comunicación y toma de decisiones con una interactividad con el **conocimiento actitudinal**, es decir, se trabaja en un clima de respeto en donde se evidencie los valores personales y valores del entorno (identidad, valor al trabajo y conciencia ecológica). Luego, todos estos conocimientos son transferible en la ejecución del proyecto deportivo-recreativo en

donde todos elementos previos a la ejecución son aplicados en un todo (logros alcanzados, procesos desarrollado, concienciación). De igual manera estos procesos se pueden relacionar con las demás áreas de la educación física..

Los resultados que se han obtenido de estas experiencias van desde dos dimensiones: una dimensión pedagógica, donde los estudiantes y docentes logran integrarse para desarrollar habilidades necesarias para la realización de eventos deportivo, recreativos, culturales y académicos, manteniendo la calidad de los procesos y una dimensión personal-social participativa, donde se logra la promoción de actividades físicas deportivas con la participación activa de la mayoría de personas de una comunidad en particular. Así mismo se logra fortalecer los valores personales y universales de las personas involucradas en el proyecto.

Para concluir, dentro del enfoque que presentamos, se propone una formación multifacético para un profesional proactivo en el área de Educación Física, Deporte, en particular en la actividad física-deportiva, fundamentándose en los componentes del modelo **MDHP-FUNPIU**, además el estilo interdisciplinario en el manejo de las experiencias curriculares, lo teórico-práctico, la acción y reflexión, construcción, son los ejes del proceso para aplicación de conocimientos en contextos reales y relevantes al área de la actividad física – deportiva.

Así mismo, es de señalar que el desarrollo de la actividad física-deportiva demanda la formación de profesionales calificados para diseñar procesos de intervención desde una metodología que a partir de una asimilación de la realidad, sostenida por conocimientos y herramientas provenientes de la teoría o modelo social - educativo, y conocimientos generado de las experiencias prácticas, como se concibe con el modelo expuesto anteriormente.

Referencias Bibliográficas

- Beer, D. (1997). *Ideología. Posmodernidad y Educación Física. Debate ausente, ideología presente*. Argentina: Editorial kaperluz.
- Becerra, F. (1989). *Educación Física y su evaluación*. Aragua: San Juan editores.
- Castillo, O. (1992). *Juegos Cooperativos*. Autor

- Castorina J., Ferreiro, E., Kohl de O., Lerner, D. (1996). *Piaget - Vitgoski: contribuciones para replantear el debate*. Buenos Aires: Paidós.
- Cañal, P. y Porlan, R. (1987). Investigando la realidad próxima: un modelo didáctico alternativo. *Enseñanza de las Ciencias*, 5 (2), 89-96.
- Carr, W. (1996). *Una Teoría para la Educación. Hacia una investigación crítica*. Madrid: Ediciones Morata.
- CARR y Kemmis (1988) *Teoría Crítica de la Enseñanza*. Barcelona: Editorial Martínez Roca.
- Chacín, M (1994). *Docencia - Investigación, Profesor - Investigador. La Esperanza de una Acción Educativa y el Rol del Profesor Ideal*. Trabajo presentado en la Primera Agenda de Reuniones sobre Investigación del Colegio Universitario de Caracas.
- De la Ville, Z (1996). Un modelo Teórico del Desempeño del Docente Universitario. Trabajo de Grado de Doctorado. UNESR. Caracas.
- Davis, R. (1997). *Un Enfoque del Mejoramiento de la Instrucción*. 2da edición. México: Editorial Trillas.
- De Martino C. (1985). *Manual de Campamento*. Argentina: Editorial Lidium.
- Delors, J. (1997). *La Educación Encierra un Tesoro*. Informe de la UNESCO, Comisión Internacional sobre la Educación para el siglo XXI. México pp302
- Domínguez, L. (1966). *Juegos Infantiles*. Caracas: Ediciones COBO.
- Essenfeld, S. (1977). *El estudiante y sus circunstancias*. Caracas: Equinoccio.
- Flosdok, R. (1975). *Deportes y Juegos en Grupos*. Argentina: Editorial Kaperluz.

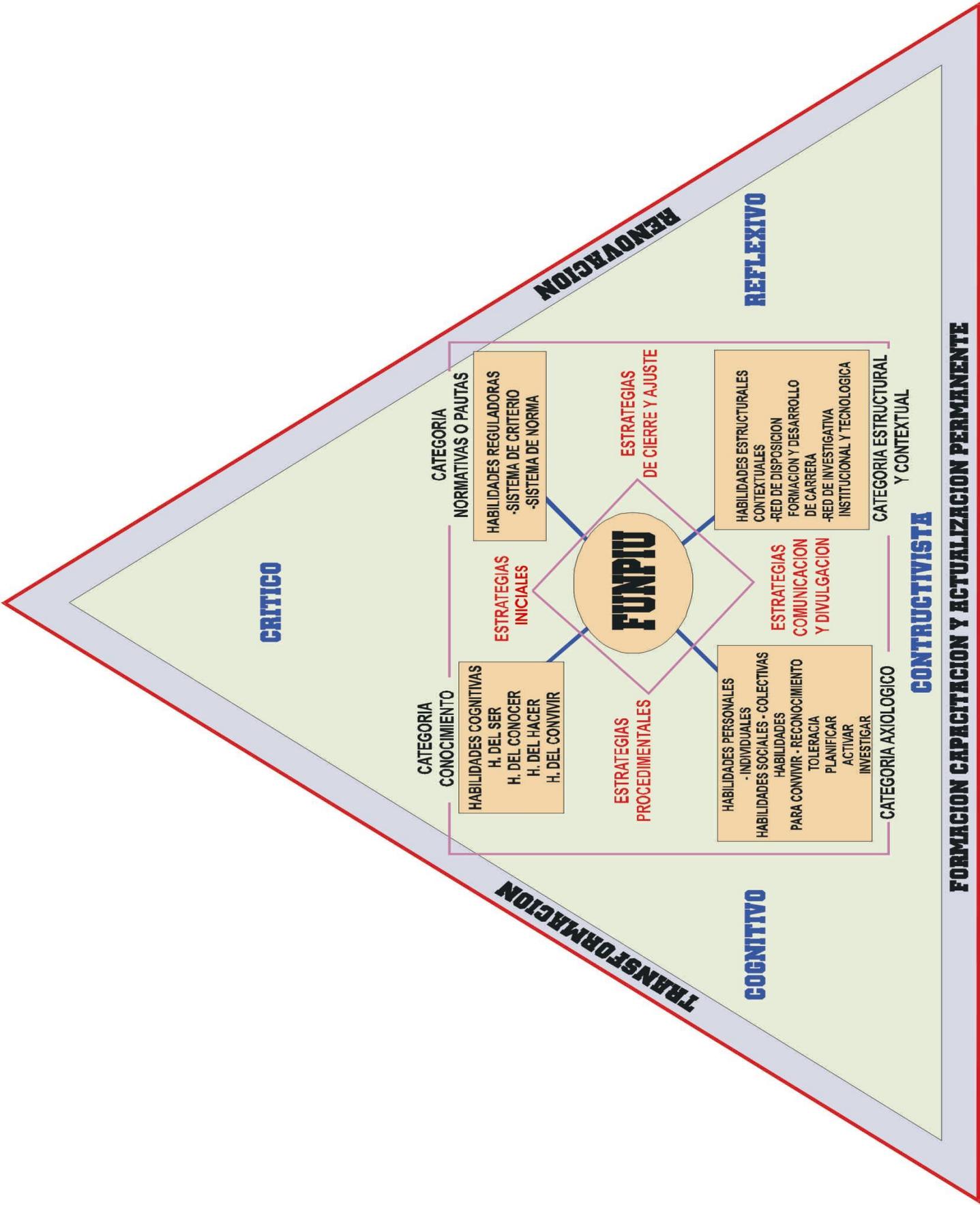


Gráfico 12: Modelo Teórico de Desarrollo de Habilidades Profesionales para la Función Profesor Investigador Universitario (MT-DHP-FUNPIU)

Fuente: Hernández Nereyda (2004)

**PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA DIRIGIDO A LA COMUNIDAD
UPELISTA DEL INSTITUTO PEDAGÓGICO “RAFAEL ALBERTO ESCOBAR
LARA”. MARACAY ESTADO ARAGUA**

Gladys Guerrero
gguerrero Gladys@hotmail.com
Elizabeth Mizrahi
elimiz69@hotmail.com; mizra04@yahoo.com
UPEL Maracay. Venezuela

Resumen

El presente artículo tiene como finalidad presentar un programa de actividad física dirigido a la comunidad de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL), Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” (IPMAR), con el fin de brindarle opciones de participación en actividades físicas que coadyuven a optimizar la salud integral de los participantes. La investigación se desarrolló bajo la modalidad de Proyecto Factible sustentado en una investigación de campo de tipo Diagnóstica, apoyada en la Indagación Documental. La población objeto de estudio estuvo representada por 6820 sujetos, la muestra seleccionada aleatoriamente por 700 sujetos, representando el 10% de la población, se estratifico al personal que labora en la universidad (Docente, Administrativo, Obrero) así como a los Estudiantes. Para la recolección de datos se utilizaron las técnicas e instrumentos siguientes: 1.- Observación directa de las áreas e instalaciones al aire libre y deportivas que posee la universidad; 2.- Un cuestionario de actividad física (Cuestionario Internacional de Actividad Física- IPAQ. Versión corta), para determinar los parámetros de actividad física que poseen los sujetos, los niveles de sedentarismo existentes, así como su disposición para participar en un programa masivo de actividad física. Entre los resultados se observó que mas del 50% de los sujetos no participa en actividad física y un 42% que si participa lo hace de manera moderada. El 80% de los encuestados consideran que se debería implementar en el IPMAR un programa de actividad física al alcance de todos. Se infiere que no existen programas institucionales sistemáticos masivos de actividad física que incentiven y eduquen a la comunidad para participar en actividades físicas que coadyuven a mejorar la salud integral de los participantes. Sobre la base de este diagnóstico se propone un programa masivo de actividad física que propicie la participación de la comunidad upelista y al mismo tiempo permita que los individuos se ejerciten, se eduquen y recreen durante el tiempo libre, produciendo cambios de actitud hacia la actividad física y la salud individual y colectiva.

Descriptor: actividad física, salud, tiempo libre, calidad de vida.

**PHYSICAL ACTIVITY PROGRAM ADDRESSED TO THE UPELISTA
COMMUNITY OF THE INSTITUTO PEDAGÓGICO “RAFAEL ALBERTO
ESCOBAR LARA”. MARACAY - ARAGUA STATE**

Abstract

This article presents a program of physical activity directed to the community of the Libertador Pedagogic Experimental University (UPEL), "Rafael Alberto Escobar Lara" Pedagogic Institute (IPMAR), in order to offer options for participating in physical activities which contributes to improve entire health of the participants. Research was developed under the modality of Feasible Project sustained in a Diagnostic field research, supported on Documentary Investigation. The population of study was represented by 6820 subjects, the sample randomly selected by 700 subjects, representing 10 % of the population, was stratified to the university working staff (teacher, administration officer, workers) as well as the students. For the compilation of information, following technologies and instruments were used: 1.- Direct Observation of the areas and outdoors/sports facilities at the university; 2.- A physical Activity questionnaire (International Physical Activity Questionnaire- IPAQ. Short version), for determining person's physical activity parameters and levels of sedentary existing, as well as their disposition to take part in a physical activity massive program. Through the results, it was observed that over 50 % of the people don't take part in physical activities and 42 % who participate, do it in a lowly way. 80 % of the polled people think that a physical education program available for everyone should be applied in IPMAR. It is concluded that there aren't massive systematic institutional programs for physical activity which encourage and train the community to participate in physical activities which contribute to improve entire health of the participants. Based on this diagnosis, it is proposed a massive physical activity program that allows participation of UPEL community while allows the individuals to exercise, to be trained and to have fun during free time, creating changes of attitude towards physical activity and individual and collective health.

Keywords: physical activity, health, free time, life quality.

Introducción

La actividad física es tan antigua como el hombre, al analizar las memorias de la historia universal, se devela que el hombre primitivo utilizaba acciones naturales como correr, lanzar y saltar para crear juegos alusivos a las acciones de la faena diaria, como lo asevera Vera Guardia (1992), desde los orígenes de la civilización la existencia del hombre ha estado acompañada de la actividad física; la caza, la pesca y la recolección se constituyeron en el medio para la subsistencia, dependía de las posibilidades físicas para defenderse pues constantemente se enfrentaban a luchas con animales y un medio ambiente hostil que lo obligaba a resistir las condiciones rigurosas de vida, climáticas y geográficas, situación que le exigía una constante ejercitación.

Para Ashmari, D y L. Ruíz, citado por Belmonte (1995), con la división social del trabajo surgen los oficios, caracterizados en su inmensa mayoría por ser trabajos manuales rudos y para aquellos individuos, la jornada laboral era en si misma un ejercicio suficiente. Con el transcurrir del tiempo, se conformaron ciudades y sociedades que establecieron los primeros dominios e imperios, y con ellas surge la actividad física organizada como medio de preparación para la guerra, ganaban y sobrevivían los más fuertes.

Posteriormente, en la Edad Antigua, según Tocqueville (1999) ya los sabios destacaban que la ejercitación del cuerpo era beneficiosa para la salud, “mens sana in corpore sano”, frase que denota la importancia que desde entonces se le atribuía al bienestar corporal, a la educación física, el deporte y la recreación.

Por su parte Bolívar (1986), en investigaciones realizadas, narra situaciones tales como: en el caso del imperio romano, donde la actividad física se convirtió en una práctica imponente y autoritaria, implementaron el profesionalismo deportivo, las presentaciones en Circus Maximus, establecieron los baños públicos, las casas de juegos y puede decirse que iniciaron el excursionismo, mientras que en Asiría se daban grandes fiestas para celebrar sus victorias; estas fiestas eran precedidas por grandes desfiles en los cuales participaba casi toda la población. En Persia por su parte se realizaban actividades alusivas al quehacer de sus ciudadanos relacionadas con la formación de buenos guerreros, los niños participaban desde los siete años en torneos y carreras; la caza y la equitación, eran formas de participación que involucraban la actividad física.

De manera similar, el pueblo egipcio participaba en variadas actividades físicas como la caza en el desierto con arco, flechas y perros cazadores, la lucha, el levantamiento de pesas con sacos llenos de arena, la práctica de juegos con pelotas, las danzas mínimas con significado astronómico. Los Chinos, prosigue Bolívar (1986), se destacaron, por la aplicación terapéutica de los ejercicios del Kung Fu, el boxeo, la cabalgadura sobre el lomo del caballo, los bailes y a través de la preparación física para la guerra.

Ya para el siglo XVIII, en el renacimiento, se incorpora la educación física a través de la aparición de las llamadas escuelas gimnásticas; en la era moderna florecen los Juegos Olímpicos, la profesionalización del deporte y la llegada de comunicaciones instantáneas, introducen cambios en los hábitos de las población y en su comprensión sobre la importancia de la actividad física para la salud.

Es importante señalar como lo asevera Guerrero (2005), que con el avance técnico científico, la mecanización, el trabajo se suavizó y dejó de ser tan exigente en cuanto al esfuerzo físico y la automatización situó al hombre frente a un panel de controles donde solo aprieta botones dando inicio a una actitud sedentaria.

Hoy por hoy, a comienzos del siglo XXI, el hombre esta informado de la importancia de la actividad física como medio para obtener bienestar y salud, sin embargo parece no haber internalizado que la actividad física es un medio fundamental del resguardo de la salud, se observa con preocupación la poca participación de la masa poblacional en las múltiples posibilidades de ejercitarse que existen por el contrario aumenta a un ritmo acelerado el sedentarismo y por ende las enfermedades.

En el mismo orden de ideas, Hoeger, Hoeger e Ibarra (s/f) consideran que la falta de programas para el bienestar de la salud, a corto y mediano plazo, disminuye el gusto por la vida, aumenta las enfermedades y es causa de muertes prematuras, situación esta que se agrava al observar que en las proyecciones de la Organización Panamericana de la Salud para el quinquenio 1995-2000, la tasa de mortalidad estimada, por los seis grandes grupos de causas, ubican en primer lugar a las enfermedades del aparato circulatorio (138,0 por 100,000 habitantes). Cada día observamos como los índices de obesidad en los niños y jóvenes aumenta, así como las enfermedades cardíacas y circulatorias, la automatización ha afectado al hombre a pesar de que este posee todas las condiciones racionales y estructurales para mantenerse en constante movimiento, las personas sin distinción de edad y sexo se moviliza en carro hacia los centros de abastecimiento aunque el mismo se encuentre a una cuadra de su casa, en los

estacionamientos de los centros comerciales los usuarios dan vuelta en sus carros buscando estacionarse lo mas cerca de la entrada principal, utilizan las escaleras mecánicas y/o los ascensores disminuyendo el trabajo físico diario y como consecuencia fortaleciendo el sedentarismo.

La falta de ejercitación sistemática ha causado una problemática a nivel mundial, con mayor incidencia en unos países que en otros, es por ello que la Dirección de Salud Pública de EEUU citado por Chávez (2002), en diciembre del 2001, declaró que la obesidad ha alcanzado proporciones epidémicas. Los adultos jóvenes entre 19 y 29 años se mueven menos que los de 30 a 44 años y los de mas de 45 años que se mueven más que las dos fajas etarias mencionadas. Pero no es suficiente estar informado, porque a pesar de tener muchas fuentes de información de que la práctica de la actividad física es excelente para la salud, los índices de obesidad e inactividad no mejoran, por lo que se torna importante el cambio de actitud además de estar informado.

Así mismo Chávez (2002), asevera que a los países latinoamericanos en nombre de la comodidad nos bloquean el movimiento, al observar donde están las escaleras en un Centro Comercial, se nota que están escondidas tras los baños, pero si se colocan escaleras mecánicas e incluso rampas horizontales, para dar comodidad al cliente y así este no camine y solo compre, denotando que las estructuras arquitectónicas de los grandes centros comerciales están diseñadas para fomentar el consumismo y el sedentarismo. Prosigue Chávez (2002), diciendo que en los hogares el control remoto de la televisión, del equipo de sonido, de la luz, etc.; solo necesitan, que se mueva un dedo, las amas de casa que antes desde un punto de vista de actividad física lavaban, planchaban, enceraban, etc.; ahora solo tocan el botón y solucionado el problema. Asevera además que la Sociedad de la Comodidad y la Excitación nos está llevando a límites tan dramáticos que el ser humano involuiona hacia el sedentarismo e incluso hasta límites tan peligrosos como el **inmovilismo**, que quizá es un nuevo término que debemos adicionar en nuestro diccionario.

Por otra parte, en sus estudios sobre la actividad física recreativa, Sánchez, L (2002), asevera que más del 60% de la población adulta en casi todos los países desarrollados y en las áreas urbanas del mundo menos desarrollado no alcanzan niveles suficientes de actividad física. La inactividad física es más prevalente entre las mujeres, las personas de edad avanzada, los individuos de grupos socioeconómicos bajos y los incapacitados, es decir que en los pobres también hay obesidad y problemas cardiovasculares. La actividad física también disminuye con la edad, en especial durante

la adolescencia, y este descenso continúa durante la edad adulta. En muchos países, desarrollados y en desarrollo, menos de un tercio de los jóvenes son los suficientemente activos para lograr un efecto sobre su salud, presente y futura; además, asevera que las mujeres adolescentes son menos activas que los varones.

Considera además que la disminución de la actividad física y de programas de la educación física en las escuelas es una tendencia alarmante en todo el mundo; al mismo tiempo, las tasas de obesidad entre los jóvenes van en aumento. La prevalencia de la obesidad en los adultos de edad media está alcanzando proporciones preocupantes. Esto está relacionado en parte con los bajos niveles de actividad física durante el tiempo libre, pero más probablemente son el resultado de comportamientos sedentarios tales como ver la televisión y usar la computadora durante largos períodos de tiempo, y desplazarse largas distancias en automóvil. La vida sedentaria consume nuestro tiempo cada vez más y afecta nuestra salud de manera significativa.

Por otra parte, dada la aceleración de los avances tecnológicos, los investigadores comenzaron a mostrar un mayor interés por los temas relacionados con la actividad física y la salud por distintas razones y en especial por el efecto que el sedentarismo está causando a la población, como lo asevera Acosta (2002), que fue en la segunda mitad del siglo pasado donde los científicos comenzaron a “hacer boga” en esta dirección, bien conocidos son los trabajos en este campo de Guyton, Karpman, Rubistein, Astrand, Bosco, Lohman, Punin, Pariskova y Tittel, por sólo mencionar algunos.

Es importante señalar que no basta que la población en general reconozca la importancia de la actividad física para el bienestar y la salud, sino que la ponga en práctica, según Hoeger, Hoeger e Ibarra (s/f), mucha gente no sabe como alcanzar estos objetivos y su peor enemigo está en sus patrones de comportamiento (hábitos); los patrones de vida modernos parece no proveer suficientes oportunidades para el ejercicio físico y más aun lo nocivo de los hábitos de vida (el fumar, ingesta de alcohol, mala nutrición, etc.) contribuyen al deterioro gradual de la salud.

Aunado a esto, como lo destacan Aguilar y Paz (2002); Ramos, (1997) la dinámica social, las nuevas tecnologías y los avances en materia laboral, en unos países más que en otros, tienden hacia la disminución de la jornada de trabajo, proporcionando mayor disponibilidad de tiempo libre, para cuya administración, la gran mayoría de la población, no ha recibido las orientaciones pertinentes, marcando la tendencia hacia la agudización del sedentarismo ya que no existe una cultura adecuada que motive al

ciudadano a participar en actividades físicas sistemáticamente en beneficio de su salud integral

Venezuela no escapa a esta realidad, ya que el estilo de vida de su población, se asemeja a la de las grandes metrópolis del mundo, se encuentra sumergida en situaciones similares, que inciden directamente en la modificación de hábitos alimenticios, la adquisición y aumento de los hábitos de fumar y el deterioro del medio ambiente, sin olvidar la falta de políticas efectivas de promoción de salud, que involucren la actividad física como medio que coadyuve a mejorar la salud, lo que trae como consecuencia el repunte acelerando de enfermedades cardiovasculares desplazando como causa de muerte a las enfermedades infecto-contagiosa (de cada 4 venezolanos muere 1) 162.3 por 100.000 habitantes. (Datos tomados de la Organización Panamericana de la Salud. (OPS) 2005).

Las universidades como parte de la sociedad venezolana y en especial la Universidad Pedagógica Experimental Libertador, como casa formadora del recurso humano responsable de contribuir con la formación integral de los educandos en todos los niveles y modalidades del sistema educativo venezolano, debe propiciar, a través de la educación y la implementación de programas de actividad física, una filosofía de vida que apunte hacia el cambio de actitud ante la práctica del ejercicio físico, con el propósito de aumentar su eficiencia y disminuir el riesgo de enfermedades, fomentar una cultura adecuada hacia la actividad física como alternativa que coadyuve a mejorar la salud, mejorar la disposición ante las responsabilidades de estudio y/o de los estudiantes, el personal docente administrativo y obrero de la UPEL Maracay, y ofrecer espacios para una mejor utilización del tiempo libre saludable, en pro de formar individuos aptos para su desenvolvimiento adecuado en la sociedad como lo reza la misión de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL)

...como institución pública de cobertura nacional, a través del ejercicio de sus funciones de docencia, investigación y extensión, tiene la responsabilidad de generar los espacios que le permiten al hombre su aprecio por la cultura, el deporte y la recreación como formas esenciales de su realización plena; integrando sus funciones fundamentales...(p.12.)

Por lo antes expuesto, se considera lógico y racional proponer un programa de actividad física para la comunidad UPELISTA del Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” que contribuya con el fomento de una cultura física basada en la actividad física que coadyuve a mejorar la salud en integral, sobre la base de un diagnóstico de las condiciones reales del nivel de actividad física que practica dicha población. Así mismo

se pretende incidir en la población de la UPEL Maracay mejoren su salud física, mental, social y espiritual. Es por ello que es necesario referenciar algunos aspectos teóricos importantes:

Actividad Física y Salud

Es importante establecer la correspondencia entre actividad física y salud desde una concepción terapéutico-preventiva, la actividad física es considerada fundamentalmente como un remedio para curar o prevenir enfermedades diversas. En esta concepción la enfermedad se convierte en el principal referente para explicar las relaciones entre actividad física y la salud. En otras palabras, la actividad física es buena para la salud porque previene o minimiza enfermedades. No obstante, la correspondencia entre actividad física y salud también puede concebirse en relación a la percepción subjetiva de salud que redunde en el bienestar, la calidad de vida, es decir, la posibilidad de que las personas y los grupos desarrollen sus potencialidades, se convierte desde esta concepción orientada al bienestar en el referente cualitativo de la actividad física relacionada con la salud.

Perspectiva del resultado	Perspectiva del proceso
<p>La práctica de la actividad física como medio para mejorar la salud.</p> <p>Su función sería curar o evitar la aparición de enfermedades.</p> <p>Se asocia el gasto energético con variaciones- adaptaciones orgánicas.</p> <p>Se valora en la medida que produce cambios orgánicos.</p> <p>Las propuestas prácticas se articulan en torno a variables cuantitativas (frecuencia, intensidad, tiempo, tipo de actividad) que permiten determinar como mejora la condición física, por ende la salud.</p>	<p>La actividad física fundamentalmente una experiencia personal y una practica sociocultural.</p> <p>Vincula la salud con el concepto de calidad de vida.</p> <p>La actividad física además de favorecer cambios orgánicos para la salud, permite entrar en contacto con uno mismo, conocer a otras personas y/o el disfrute.</p> <p>Las relaciones entre actividad física y salud no pueden objetivarse o prescribirse, sino comprenderse y orientarse, en función de la persona y/ o grupo</p>

Se considera, que la promoción de la práctica de la actividad física mayormente corresponde a la perspectiva de resultados, más ejercicio – más salud. (López y García 2001; López, 2002; Pérez-Samaniego 2001). Sin embargo, es importante destacar que más allá de las recomendaciones de intensidad, tiempo y otros, se den orientaciones sobre como puede realizarse actividad física para que las personas y grupos se sientan bien, de aquí la importancia de comprender la relación entre actividad física y salud.

La Actividad Física

La **actividad física** se define como todo aquello que implica utilización de las palancas osteo – musculares del cuerpo es decir: movimiento. El movimiento es una condición básica de la materia viva sin la cual al hombre le sería imposible adaptarse al medio en que vive (Acosta, 2002).

Para Balcievich y Zaparozhanov (1987), la actividad física del hombre comprende toda actividad orientada a lograr las condiciones físicas necesarias y suficientes para el alcance y conservación de un alto nivel de salubridad, desarrollo físico y preparación física.

La actividad física es considerada como elemento activo formador, conjuntamente con otros factores, de la cultura física del hombre y en este sentido se presenta como el elemento supremo del sistema de educación social y auto educación de la personalidad. (Ramírez, 1999).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) 2002, define la actividad física como “todos los movimientos que forman parte diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y actividades deportivas”

Dada a la diversidad de conceptos relacionados con la actividad física, nace la necesidad de precisar el concepto, ya que su influencia no sólo refleja los cambios socialmente motivados (relación del hombre actual hacia la cultura física) sino, a la necesidad de esta actividad como componente del modelo de vida de cada ser humano.

Por los estudios realizados queda claro que la actividad física más que la simple ejercitación, es un concepto más extenso que implica: planificación, ejecución sistematizada, evaluación y control, con el propósito de mantener o mejorar el estado físico.

Para poder obtener resultados exitosos en la puesta en práctica de un programa de actividad física para la salud es necesario tener presente los siguientes aspectos:

Actividad Física Vigorosa

Definida como “un mínimo de 20 minutos de ejercicio que induce respiración profunda y sudor” (Shop Talk 2003).

Actividad Física Moderada

Definida como esfuerzo físico de baja intensidad, que hace sudar levemente; de nivel aeróbico que oscila entre 100 a 120 pulsaciones por minuto.

La intensidad de la actividad física tiene relación directa con la edad, el sexo, el estado de salud, el nivel de forma física del cual se parte, las preferencias o gustos, y los objetivos que se quieran conseguir con la práctica de actividad física determinaran la actividad más adecuada para cada persona.

Aptitud Física

Capacidad general de adaptarse y responder favorablemente al esfuerzo físico. (Werner, Hoeger y Gustavo, 1996). Para Caspersen Powell, Christenson (1985), es una serie de atributos que las personas tienen o adquieren, que se relacionan con la capacidad para realizar una actividad física.

El componente de la aptitud física, que ha sido más frecuentemente estudiado en su asociación con la salud, es la potencia aeróbica o, como es medido en las pruebas de fisiología, el máximo consumo de oxígeno. Este atributo, también es llamado capacidad cardiovascular, cardiorrespiratoria, o de resistencia.

Uno de los efectos mejor documentados de la actividad física regular es el mayor nivel de aptitud física. Esto permite un mayor grado de capacidad funcional para participar en un amplio rango de actividades diarias, sin dificultad y disfrutando de las mismas. La persona activa es difícil que se fatigue con las actividades rutinarias de la vida diaria y tiene una mayor capacidad para desenvolverse ante una emergencia, o para participar de actividades recreativas intensas.

La Intensidad

Hay una intensidad mínima de ejercicio requerida para estimular una mejoría en la capacidad física. El Colegio Americano de Medicina del Deporte (CAMD) 1990, fue la primera organización científica en publicar informes oficiales sobre la prescripción de ejercicios. Su guía de 1975 propone el 70% del máximo consumo de oxígeno como la mínima intensidad de ejercicio recomendada para mejorar la aptitud física.

Posteriormente las recomendaciones para el umbral de intensidad disminuyeron a un 50% y La cuarta edición del CAMD 1991, recomienda ejercicio moderado, definido como el ejercicio entre el 40-60% de la capacidad máxima, por ser apropiado para muchas personas. Se maneja una hipótesis alternativa del nivel de umbral de intensidad es que la respuesta al entrenamiento depende principalmente, del gasto energético total del ejercicio y no de la intensidad. Si existe un umbral de intensidad mínima, este probablemente varía de acuerdo al nivel inicial de capacidad de la persona, de la duración de sesión del ejercicio, de la longitud del período de entrenamiento, y quizás de otras características individuales. (S. N. Blair, H. W. Kohl, N. F. Gordon, Y R. S. Paffenbarger, Jr. 1992).

La Duración

El Colegio Americano de Medicina del Deporte, como la Organización Mundial de la Salud (OMS) 2005 recomiendan entre 20-60 minutos de actividad aeróbica continúa para cada sesión de entrenamiento.

Existe una interrelación entre la intensidad y la duración en su impacto sobre el cambio en la aptitud. La actividad de baja intensidad debe ser realizada durante un período más largo que la de alta intensidad, para tener el mismo efecto sobre el aumento de la potencia aeróbica. Sin embargo, sigue siendo probable que el factor determinante sea el gasto energético.

Frecuencia

Se recomienda entrenar de 3 a 5 días por semana La mayoría de los estudios muestran poco cambio en la capacidad física si se entrena menos de 3 veces semanales, a menos que el ejercicio sea bastante intenso. (Colegio Americano de Medicina del Deporte y la Organización Mundial de la Salud 2005)

Ejercicio

Movimiento corporal planeado, estructurado, y repetitivo, realizado para mejorar o mantener uno o más componentes de la aptitud física.

El Ejercicio Ideal

De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2005), y las indagaciones realizadas, los beneficios que una actividad física pueden lograrse dedicando un mínimo de 30 minutos de actividad física moderada como, por ejemplo, caminar con vigor.

Carga Mínima: 20 minutos de caminata rápida diariamente u otra actividad física equivalente. Es una regla sencilla pero tiene en cuenta varios requisitos de un ejercicio favorable a la salud: Duración, Intensidad, Frecuencia, Calidad del Esfuerzo Muscular.

Carga Óptima: 30 minutos de actividad dinámica, con una frecuencia de tres veces a la semana que ponga en juego los principales grupos musculares: trotar, montar bicicleta, nadar o remar. La intensidad es suficiente cuando el ejercicio nos hace sudar y jadear pero no impide la conversación. Si se añaden 10 minutos de ejercicios con peso propio (flexiones, sentadillas, abdominales, etc.), el programa activa los principales efectos biológicos beneficiosos para la salud.

La actividad deportiva después de los 45 años es tan beneficiosa para sus practicantes, que el nivel deportivo de una población debiera medirse por el índice de deportistas habituales mayores de 45 años y no por el número de campeones y medallistas.

Salud

Es el ideal (organización Mundial de la Salud) citado por Weineck (2001): un estado de bienestar físico, mental y social general, es decir, una ausencia de enfermedad y debilidad.

Sin embargo salud no es solo ausencia de enfermedad, sino la capacidad de disfrutar la vida en todos estos aspectos.

Educación Física

La Educación Física se emplea para designar una serie de actividades físicas, corporales, tendentes a mantener el cuerpo en óptimas condiciones de funcionamiento y salud (Universidad Pedagógica Experimental Libertador - UPEL, 1990).

De acuerdo a la Enciclopedia Técnica de la Educación (1975): la educación física ha de tener dos premisas: a) conocimiento de las condiciones físicas y psíquicas del niño...; b) idea clara del fin que se pretende, el tipo de humano que la educación requiere (p. 32)

Para Ramírez (1999):

La educación física como parte orgánica de la educación general, es un proceso pedagógico orientado a influir en el organismo humano, a través de

los ejercicios físicos y las fuerzas naturales del medio circundante con la finalidad de robustecer la salud; educar y desarrollar las cualidades motrices; perfeccionar multilateralmente las manifestaciones morfológicas, funcionales, morales y volitivas de ese organismo, en correspondencia con las exigencias que presenta la sociedad; formar y mejorar hábitos motrices necesarios para la vida; y producir un ciudadano preparado para su participación activa en la vida social, cultural y productiva. (p. 42).

Calidad de Vida

Desde el momento en el que se reconoce que salud no se define simplemente como ausencia de enfermedad, sino como un óptimo estado físico, mental y social; surge la necesidad de estudiar la calidad de vida de las personas. El "día a día" de la vida incluye una visión multidimensional: cognitiva, social, emocional, productiva, etc... (Los afectos, la autoestima, la autorrealización, etc.)

Todas éstas áreas se benefician cuando se realiza actividad física regular independientemente de los beneficios cardiorrespiratorios (Mc Auley, 1995). Sin embargo el hecho de que los sedentarios tienen más riesgo de padecer ciertas enfermedades, la calidad de vida se ve afectada consecuentemente.

Actividad Física Vs Inactividad Física

A continuación se presenta un cuadro comparativo de las ventajas que proporciona la actividad física sistematizada y las desventajas de la inactividad física:

Ventajas de la Actividad Física	Desventajas de la Inactividad Física
El ejercicio físico produce una sensación de bienestar. Cualquier actividad física es beneficiosa con la debida moderación y cuando se logra una intensidad relativamente elevada- bajo una planificación y dirección adecuada.	La inactividad física prolongada se le atribuye efectos perjudiciales.
AUMENTAN	DISMINUYEN
Rendimiento Académico Seguridad de si mismo Confianza Estabilidad emocional Independencia	Tolerancia a estar de pie Flujo de Sangre al corazón Resistencia (Cáp. Aeróbica) Volumen Sanguíneo Producción de Hematíes

Actividad intelectual Memoria Percepción Popularidad Autodominio Satisfacción Sexual Bienestar	Concentración de Hb es sangre. Flujo Sanguíneo muscular Calcio en los Huesos Tolerancia a la glucosa. Masa, fuerza y tono muscular Resistencia a la infección.
DISMINUYE	AUMENTAN
Ansiedad, ira, Confusión, Depresión Hostilidad, Fobias, Comportamiento psicótico, Respuesta al estrés, Tensión, Errores en el trabajo, Abuso de Bebidas alcohólicas, Ausentismo.	FC de reposo, FC ante esfuerzos ligeros, Trastornos del sueño, Producción de orina y la excreción de CA y P en la misma. Infecciones Urinarias, Trombosis, Tendencia al desvanecimiento Estreñimiento, Colesterol en Sangre.

La actividad física varía de acuerdo con las etapas de la vida. En la infancia es el juego, en la juventud es el deporte o la danza y en los adultos también el deporte o variantes de estos pero con una intención más bien recreativa y de bienestar.

No existe una edad ideal o límite para realizar ejercicios físicos, sino que lo que se necesita es una adecuada orientación y dosificación de los mismos según la edad, el sexo y enfermedad en caso de que existan. No hay que renunciar a causa de la edad, para tener una vejez sana hay que mantenerse activo durante toda la vida.

Quizás el grupo al que menos atención se le presta sea aquel de los individuos sanos que aún mantienen capacidad para desempeñarse laboralmente pero que ya sobrepasaron la edad óptima para el deporte competitivo. Como los que ya pasan los 40 años.

Limitaciones para el Ejercicio

Enfermedades coronarias (Angina inestable e infarto en fase aguda).

Insuficiencia cardiaca descompensada.

Arritmias ventriculares y supraventriculares no controladas.

Enfermedades valvulares graves.

Hipertensión arterial no controlada.
Hipertensión pulmonar.
Miocarditis aguda y enfermedades infecciosas.
Embolia pulmonar o trombosis venosas profundas.
Insuficiencia renal crónica.

Metodología

La investigación se enmarcó en la modalidad de proyecto factible, sustentado en una investigación de campo, donde se tomaron los datos directamente de la realidad, diagnosticando los parámetros de actividad física actual que posee la población upelista así como la existencia y condiciones de los recursos e infraestructura de los espacios disponible para tal fin, partiendo de una indagación documental, que sustentó teóricamente la importancia de la actividad física como un medio para preservar y mejorar la salud del individuo.

La población estuvo conformada por 6820 sujetos (datos tomados de la unidad de planificación de la Upel Maracay, 2005) que hacen vida activa en el Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” (personal docente, administrativo, obreros y estudiantado en general), localizada en la Av. Las Delicias en el antiguo parque de ferias, en el Municipio Girardot, en la ciudad de Maracay Estado Aragua.

La muestra se tomo aleatoriamente, sin embargo fue intencionada en la selección de los sujetos por las diferentes funciones que desempeñan en la universidad (Personal Docente, Administrativo, Obreros y Estudiantes), quedando constituida por 700 sujetos, lo que representa el 10% de la misma

Validez y Confiabilidad

El instrumento utilizado es una versión corta auto-administrada, modificada del Cuestionario Internacional Sobre Actividad Física –IPAQ, el cual “surge como una medida internacional para la actividad física en Ginebra 1998, sometido a la validez y confiabilidad en 12 países en el año 2000, obteniendo como resultado que este instrumento tiene aceptable propiedades de medición para ser aplicado en diferentes lugares e idiomas .apropiado para estudios nacionales poblacionales de prevalencia de participación en actividad física”. (www.opaq.ki.se)

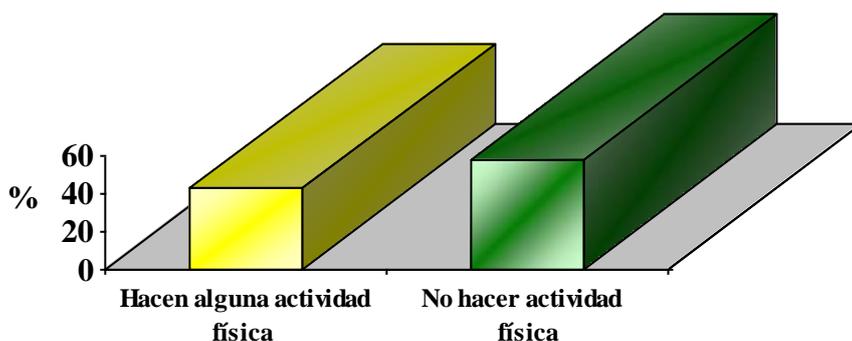
Resultados y Análisis

De los datos obtenidos en el diagnóstico se obtienen como resultados los niveles de actividad física de la comunidad upelista, en la que se midió la frecuencia, duración y nivel de intensidad de la actividad física que practican los sujetos, obteniendo como aporte del estudio:

-Se destaca que mas de la mitad de los encuestados (57.63%) respondieron que no realizan actividad física, lo que arroja actitudes de sedentarismo y solo un 42.36 % realizan alguna actividad física.

Distribución de los sujetos que realizan actividad física y los que no realizan actividad física.

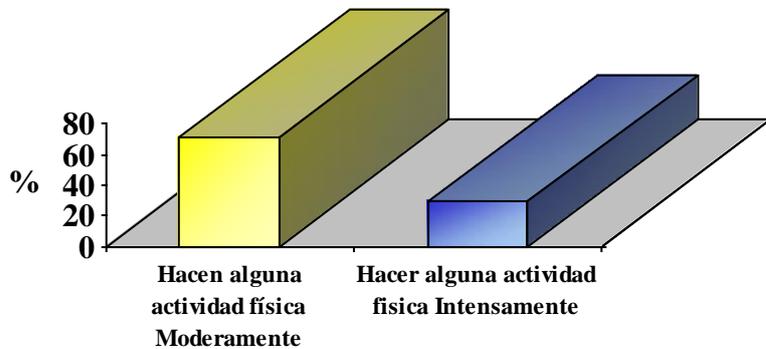
Alternativa	Frecuencia	%
Hacen alguna actividad física	297	42.36
No hacen actividad física	403	57.63
Total	700	100



El 43.36% respondieron que realizan actividad física (297 sujetos), de los cuales 86 sujetos realizan actividad vigorosa (trotar, hacer gimnasia aeróbica, jugar fútbol, pedalear rápido en la bicicleta, jugar baloncesto, hacer oficios domésticos intensos en el hogar o en el jardín o huerta, cargar pesos elevados o cualquier actividad que lo haga sudar bastante o, le haga aumentar mucho su respiración o los latidos de su corazón – 140-180p/m) y 211 sujetos practican actividad física moderada (pedaleo leve en la bicicleta, nadar, bailar, practicar gimnasia aeróbica, jugar voleibol recreativo, patinar, cargar pesos leves, hacer servicios domésticos en el hogar, en el jardín o la huerta, actividades como barrer, coletear, aspirar ó cualquier actividad que le haga sudar levemente o aumente levemente su respiración ó pulsaciones del corazón 100-120p/m , no incluye caminatas).

Distribución de los sujetos que realizan actividad física moderada y vigorosa

Alternativa	Frecuencia	%
Hacen alguna actividad Moderada	211	71.04
Hacen alguna actividad Vigorosa	86	28.96
Total	297	100



Distribución de los sujetos que realizan actividad física moderada y vigorosa

- ✓ Otro resultado obtenido durante el estudio fue el número de veces y el tiempo de dedicación semanal que le dedican a la actividad física en espacios tales como: caminar en la casa o en el trabajo, como forma de transporte para ir de un lugar a otro, por placer, como forma de ejercicio o, como utilización del tiempo libre. El 17% respondió que realiza actividad física de 1 a 2 días a la semana (se puede considerar como poca actividad), el 41.6% de 3 a 5 días y un 33.3% de 6 a 7 días. El 74% de la muestra gasta hasta 1 hora caminando al día, el 26% restante camina entre 1 a 3 horas y más.
- ✓ En cuanto a la actitud sedentaria de los sujetos, un 54.5% respondió haber estado sentado en el trabajo, en la casa, en la escuela o colegio, en la universidad o durante el tiempo libre. (Esto incluye el tiempo que gasta sentado(a) en el escritorio o estudiando, sentado en la casa, visitando amigos, leyendo, sentado o recostado viendo la televisión, o en el computador), de 3 a 8 horas diarios, un 15% mas de 8 horas y un 29.5% menos de 3 horas
- ✓ Así mismo se evaluó la factibilidad que existe para desarrollar un programa de actividad física en la universidad ante lo cual estuvo de acuerdo un 80.7% que en su espacio de trabajo o estudio se les brindara oportunidades de realizar actividad física.

Se evidencio que los espacios (instalaciones deportivas) de la universidad son suficientes para la practica de alguna actividad física un 26.80% considero como alternativa la sala de musculación, 39.6% uso de la sala de Bailoterapia (gimnasio techado pequeño de educación física), 11.20% la cancha techada, 12.80% campo de softbol-béisbol y un 9.6% la pista de atletismo

- ✓ Del tiempo disponible – suficiente para la practica de una actividad física el 74.5% considera que hasta 1 hora es suficiente y el 24.4% dispone de 1 a 3 horas, solo un 1.1% puede mas de 3 horas.

Discusión

Luego del análisis estadístico, se confirmó que más del 50 % de la población upelista es sedentaria, a pesar de conocer la importancia de realizar actividad física, como lo plantean Hoeger, Hoeger e Ibarra (s/f), no es suficiente que las personas reconozcan la importancia de la actividad física sino, que la coloquen en practica, mucha gente no sabe como alcanzar estos objetivos y su peor enemigo esta en sus patrones de comportamiento (hábitos); los patrones de vida modernos parece no proveer suficiente oportunidades para el ejercicio físico y mas aun lo nocivo de los hábitos de vida (el fumar, ingesta de alcohol, mala nutrición, etc.) contribuyen al deterioro gradual de la salud.

En el contexto latinoamericano se hallan cifras alarmantes que estiman que mas de un cuarto de la población mayor de 14 años no practica una actividad física o deporte (Ramírez, W; Vinaccia, S; Suárez, G., 2004). En un estudio realizado en argentina (Argentina en movimiento, 2000), se encontró que aproximadamente el 60% de los varones y el 75 % de las mujeres entre 25 y 70 años no realizan actividad física regularmente. El estudio plantea d e la misma manera que aquellos que participan lo hacen con una frecuencia o dosificación inadecuada, esto para los autores permite señalar que no están debidamente incorporados en el imaginario colectivo los hábitos que conllevan a dicha experiencia.

Estos hallazgos concuerdan con lo del presente estudio en el cual el 43.36% de la población que si realizan actividad física, pocos la practican de manera vigorosa y la frecuencia y el tiempo de dedicación semanal es bajo.

Es preocupante estos resultados ya que la mayoría se encuentra en situación de riesgo, son mas vulnerables a contraer enfermedades, a pesar que en la encuesta se

evidencia que la mayoría considera tener buena salud, puede darse porque se sienten bien momentáneamente, sin darse cuenta que en algún momento si, en los años subsiguientes, su salud puede desmejorar.

Los resultados son similares en otros países como Chile donde en un estudio de la clínica alemana, Santiago de Chile 2002, encontró que el 88.8% de hombres y el 93.3% de mujeres se pueden catalogar sedentarios.

Durante los últimos 70 años, cientos de estudios han documentado el tipo y el grado de los cambios que ocurren con el entrenamiento físico en el músculo esquelético, el sistema circulatorio, la función pulmonar, el sistema cardiovascular, y la función endocrina. Estos estudios han sido realizados en jóvenes y ancianos, en hombres y mujeres, con diferentes protocolos de entrenamiento, y bajo diversas condiciones ambientales. Los primeros estudios generalmente tenían muestras pequeñas, frecuentemente carecían de grupos control, eran de corta duración, y tenían otras fallas en sus diseños. Estos defectos han sido corregidos durante los últimos 10-20 años. (Divisiones de Epidemiología y Fisiología del Ejercicio, Instituto de Investigaciones Aeróbicas)

Los estudios sistemáticos sobre los efectos de la actividad física sobre la salud son más recientes, principalmente limitados a los últimos 30-40 años. Morris y Cols (1990), tuvieron generalmente, un rol principal en la formulación de la hipótesis moderna “actividad física-enfermedad coronaria” con sus estudios con trabajadores transportistas londinenses y, más tarde, con personas civiles británicas.

En comparación con otros estudios Samniego y Devís 2003, Cantera y Devis 2000, Romo, Millan y Camina 2003, Santaella y Delgado 2003; Casterad, Serra y Piracé 2003, entre otros, han coincidido en que el sedentarismo es un problema de salud pública que está asociado a un sin número de patologías, y en los beneficios de la práctica de una actividad física. Es por ello que los profesores de educación física y los trabajadores del campo de la salud propicien la participación en actividades físicas, a través de la creación de programas que motiven a la población.

De lo antes planteado, la importancia de que la práctica de la actividad física sea sistematizada, programada y supervisada por especialistas conocedores de la materia, esto desde la perspectiva del resultado (cambios fisiológicos, erradicar enfermedades), no obstante la actividad física desde el punto de vista del proceso también arroja beneficios en la percepción de la calidad de vida, puede que no siempre el ejercicio arroje cambios funcionales-orgánicos significativos sobre todo en personas de la tercera

edad, pero si en su calidad de vida traducida en mejores relaciones sociales, buen estado psicológico, positiva disposición ante la vida entre otros. Jürgens, Ivana, en su estudio Práctica deportiva y percepción de calidad de vida, en el cual trabaja con personas sedentarios que realizan escasa actividad física, un grupo que practica deportes por recreación, un grupo competitivo y otro de atletas de alto rendimiento, halló que existen diferencias significativas en la percepción de la calidad de vida global entre los sujetos deportistas y sedentarios: los primeros obtuvieron niveles más altos de calidad de vida, en los dominios Relaciones Sociales y Medio Ambiente. Existen diferencias en la percepción de calidad de vida entre los distintos grupos según niveles de deporte practicado, especialmente en los dominios de: Relaciones Sociales, Medio Ambiente y el dominio Psicológico. Las diferencias encontradas son, en casi todos los dominios, entre el grupo sedentario y el de alto rendimiento, apoyando lo expuesto anteriormente; si bien el realizar actividad física regularmente repercute en el bienestar general y calidad de vida del sujeto, aún mayores serán los beneficios obtenidos al aumentar el nivel de actividad física.

Así mismo, Ramírez, Vinaccia, y Suárez, (2004), en su estudio evidencian que la actividad física tiene fuerte influencia en los valores sociales, rendimiento escolar, proceso de socialización, cambios funcionales en el cerebro; mejora las funciones cognitivas y propicia bienestar a las personas con problemas de stress, depresión, entre otros, lo que implica que la actividad física puede considerarse un elemento central y fundamental en los programas de promoción de la salud pública, a los infanto-juveniles con y sin patologías específicas.

La Universidad Pedagógica Experimental Libertador no ofrece dichas oportunidades y espacios para la práctica deportiva y/o de actividad física, a pesar de poseer los espacios (instalaciones deportivas), como se evidencia en el estudio, los sujetos consideraron factible practicar en la sala de musculación, en los gimnasios techados y en los campos de softbol y de atletismo de la especialidad de Educación Física

Existe la factibilidad de desarrollar un programa masivo de actividad física en la universidad, un 80.7% de la población estuvo de acuerdo que en su lugar de trabajo o estudio se les brindara oportunidades de realizar actividad física.

La tendencia hacia la disminución de la jornada laboral favorece esta propuesta, para el mejor aprovechamiento del tiempo libre, pero es importante destacar como lo plantean Aguilar y Paz (2002); Ramos, (1997), para la administración de este tiempo

libre, la gran mayoría de la población, no ha recibido las orientaciones pertinentes, marcando la tendencia hacia la agudización del sedentarismo ya que no existe una cultura adecuada que motive al ciudadano a participar en actividades físicas sistemáticamente en beneficio de su salud integral.

Por tanto la UPEL Maracay en una de las llamadas a proporcionar estos espacios sobre todo teniendo al personal calificado ya que es una de las canteras de la formación del profesor de educación física.

Una posible explicación al hecho de que la población Upelista arroje resultados de sedentarismo tan altos es producto de la inexistencia de programas de actividad física que los motive y que satisfaga sus intereses y necesidades.

Los resultados obtenidos permitirán proponer un programa de actividad física dirigido a la comunidad upelista, (docentes, estudiantes, obreros y administrativos), dirigido por un equipo de expertos que supervise, controle y evalúe a los participantes tomando en cuenta sus necesidades e intereses en las distintas áreas que lo conforman; convirtiéndose en una alternativa para ejercitarse durante su tiempo libre

Referencias

- Acosta, O (2002). Algunas Consideraciones sobre la Actividad Física y su Relación con la Salud. Ponencia en Congreso Internacional de Ciencias Aplicadas a la Actividad Física. San Carlos- Venezuela 2002.
- Arias, F (1999). El Proyecto de Investigación Guía para su elaboración. Caracas: Episteme
- Argentina en Movimiento (200). Hábitos deportivos de la población argentina. Investigación realizada por la secretaria de turismo y deporte de la nación con el apoyo del INDEC.
- Aguilar L. y Paz E (2002). *Introducción a la Programación de la Recreación*. Ciudad de México: México
- Ary, D. Jacobs y Rszawich, A. (1985). *Introducción a la Investigación Pedagógica*. México: Editorial Progreso.
- Baratti, A (2004). Dirección General de Deportes (2004). *Plan Deportivo. Deporte con Todos*. Municipalidad de Cipoletti. Argentina.
- Balcievich, V. y Zaporozhanov, V. (1987). *La actividad física del hombre*. Kiev: Salud.
- Belmonte, G. (1995) *Propuesta de animación y recreación para los trabajadores de la enseñanza en el Hotel Valle Grande IPASME*. Trabajo de Grado de Maestría no

- publicado, Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico de Caracas. Venezuela.
- Bolívar, G. (1986) *El clima organizacional y la recreación*. Trabajo de Grado de Maestría no publicado, Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico de Maracay Bolívar, G
- Cantera, M. y Devís, J (2000). *La promoción de la actividad física relacionada con la salud en el ámbito escolar. Implicaciones y propuestas a partir de un estudio realizado entre adolescentes. Revista electrónica: Apunst.* Disponible: <http://www.inefc.net/apunts/castellano/revistas/materia/67/lapromo.htm>
- Casterad, J.; Serra, J. y Betran, M.(2003). *Efectos de un programa de actividad física sobre los parámetros cardiovasculares en una población de la tercera edad. Revista electrónica: Apunst.* Disponible: <http://www.inefc.net/apunts/castellano/revistas/materia/73/efectos.htm>
- Caspersen, C.J., Powell, K.E., Christenson, G.M. (1985). *Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research.* Public Health Rep. 100: 126-31.
- Clínica Alemana (2002), Sedentarismo Chileno ¿preocupante o una exageración? Santiago. Disponible en: <http://www.alemana.cl>
- Colegio Americano de Medicina del Deporte.(1990) Position Stand. *The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness in healthy adults.* Med. Sci. Sports Exerc. 22: 265-74.
- Colegio Americano de Medicina del Deporte.(1991),*Guidelines for Exercise Testing and Prescription.* Philadelphia: Lea & Febiger. 314 pp. 4th ed.
- Constitución de la República Bolivariana de Venezuela (1999) *Gaceta Oficial de la República Bolivariana de Venezuela*, 6.890 (Extraordinario) diciembre 30, 1999.
- Cuestionario Internacional de Actividad Física. Disponible: www.opaq.ki.se (consulta, enero 2005)
- Chávez, E. (2002) *A moverse ecuador.* Facultad de Educación Física, Deporte y Recreación. Quito-Ecuador.
- Chávez, E. (2002) *Salud y Vida vs Enfermedad y Muerte.* Congreso Panamericano de la Mujer. Quito Ecuador.
- Divisiones de Epidemiología y Fisiología del Ejercicio, Instituto de Investigaciones Aeróbicas,* Dallas, Texas 75230.
- Diseño Curricular de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (1996)

- Enciclopedia Técnica de la Educación Vol. V.(1975). Educación física, artística y tiempo libre. Madrid: Santillana S.A.
- Guerrero, G. (2005) *Programa de recreación Comunitaria dirigido a Adolescentes entre 15 y 18 años de edad Cursantes de Educación Media Diversificada*. Trabajo de Grado de Maestría no publicado, Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico de Maracay. Venezuela.
- Hernández R., Fernández C. y Baptista P. (2003) *Metodología de la Investigación*. 3ra Edición. Mc Graw Hill. México.
- Hoeger, W. Hoeger, S. e Ibarra, G. (s/f). *Aptitud Física y Bienestar General*. EEUU: Morton Publishing Company.
- Jürgens, I. (2006) *Práctica deportiva y percepción de calidad de vida*. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte (22) <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista22/artsalud20.htm>
- Luna, J. (1987). *Beneficios de la educación física científica y sistemáticamente realizada*. Revista: Deporte al día. Año 1Nº1
- Manifiesto Mundial de la Educación Física (2000). Disponible [www. fiep.com.ar](http://www.fiep.com.ar)
- Morris, J., Clayton, D., Everitt, M., Semmence, A., Burgess, E. (1990). Exercise in leisure time: coronary attack and death rates. *Br. Heart J.* 63: 325-34.
- Organización Panamericana de la Salud (2005). Disponible [www. ops.org](http://www.ops.org).
- Organización Mundial de la Salud. Día Mundial de la Salud (2002) "*Por tu salud, muévete*" 7 Abril. Disponible: [E:\Dia Mundial de la Salud Beneficios de la actividad física.mht](http://E:\Dia Mundial de la Salud Beneficios de la actividad fisica.mht)
- Pont, P. (s/f) Actividad física con gente mayor. Trabajo en circuito. *Revista electrónica: Apunsts*. Disponible:[http://:www.inefc.net/apunsts/castellano/revistas/materia/63/Actividad.htm](http://www.inefc.net/apunsts/castellano/revistas/materia/63/Actividad.htm)
- Ramírez, J. (1999). *Conceptos: educación física, deporte y recreación*. Venezuela: Episteme
- Ramírez, W; Vinaccia, S; Suárez, G. (2004) El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista de Estudios Sociales*, 18, 67-75.
- RAFA-PANA (s/f). Red de Actividad Física de las Américas. Disponible: www.rafapana.org.

- Ramos, F. (1997). *La recreación: Una herramienta didáctica para enseñanza*. Trabajo de ascenso no publicado presentado como requisito para optar al cargo de Profesor Titular. Universidad Pedagógica Libertador. Instituto Pedagógico de Caracas.
- Romo, V.; Millan, J. y Camina, F. (2003). Actividad física y calidad de vida en personas mayores de 65 años: efecto diferencial del tipo de programas. *Revista electrónica: Apunst*. Disponible: <http://www.inefc.net/apunts/castellano/revistas/materia/70/tesis1.htm>
- Ruiz, A. (s/f) *Salud y actividad Física. Efectos positivos y contraindicaciones de la actividad física en la salud y en la calidad de vida*. Educación Física volumen IV. España: editorial MAD
- Santaella, L. y Delgado M. (2003) *Modificación de actitudes hacia la actividad física orientada a la salud en 4° de primaria*. *Revista electrónica: Apunst*. Disponible: <http://www.inefc.net/apunts/castellano/revistas/materia/73/Modifi.htm>
- Samniego, P. y Devís, J. (2003). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado. *Revista electrónica: EFdeportes*. Disponible: edeporte.rediris.es/revist/revista10/artpromoci%F3n.html
- Sánchez, P. y Fernández, M. (2000). Modalidades de práctica de actividad física en el estilo de vida de los escolares. *Revista electrónica: EFdeportes*, 5(24). Disponible <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital
- Tocqueville, J (1999). *Teoría de la Educación Física*. Colombia: Kinesis
- Tuero, Márquez y De Paz (s/f). *Actividad Física y Salud*. Universidad de León. España
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador (1990) *Educación física deporte y recreación Vol. I*. Maracay: Editorial Monfort.
- Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Vicerrectorado de Investigación y Post Grado. Instituto de Investigación y Educativa. (1990). *Manual de Trabajos de Grado y Tesis Doctorales*. Caracas.
- Vera Guardia, C (1992). Actividad Física y Productividad. Ponencia en el IV Congreso Nacional de Educación Física, Deporte y Recreación. Guayana- Venezuela 24-28/11/1992. FUNDEPORTE.
- Vallejo N., Calvo R. y De Paz José (2004). Valoración de la condición física funcional, mediante el señor fitness test, de un programa de personas mayores que realizan un programa de actividad física. *Revista electrónica: Apunst*. Disponible: <http://www.inefc.net/apunts/castellano/revistas/materia/76/Modifi.htm>

Werner, Hoeger y Gustavo (1996) *Aptitud física y bienestar general*. EEUU: Morton Publishing Company

Weineck, J (2001). *Salud, Ejercicio y Deporte*. España: Paidotribo.

Revista Electrónica Actividad Física y Ciencias

Vol. 2, N° 2. Año 2010

Una visión global de las reglamentaciones y su influencia en el rendimiento deportivo

López de D'Amico, Rosa (PhD)
Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Maracay - Venezuela
damicolopez@cantv.net

RESUMEN

Comprender las razones para triunfar en el deporte significa considerar una gran cantidad de variables. Este trabajo enfatiza en el estudio de las reglamentaciones al basarse en las políticas y estructuras existentes en organizaciones deportivas y las perspectivas de los miembros de las mismas. La función de la organización es crucial para el logro de las metas, puesto que las normas del grupo son fundamentales para la calidad del rendimiento del grupo, la alta ejecución es evidente solo cuando las normas fomentan la excelencia. Aquí se presenta la idea de reglamentaciones y normativas y su relación con rendimiento y eficacia. Igualmente se abarca la necesidad de estudiar la manera en que los miembros de la organización perciben las reglas. Esta investigación observa a la relación del éxito en el rendimiento de las organizaciones deportivas junto con sus políticas y estructuras que regulan y controlan la élite (alto rendimiento) del deporte de la gimnasia artística. En esta pesquisa seis organizaciones nacionales de gimnasia participaron: Australia, Ecuador, Francia, Indonesia, Italia y Nueva Zelanda. A pesar de las diferencias culturales y situaciones particulares de los participantes, todos ellos son miembros de la Federación Internacional de Gimnasia y concurren en competencias importantes con objetivos similares y en igualdad de condiciones reglamentarias. Los miembros de estas organizaciones presentan sus opiniones acerca de la importancia de las reglamentaciones oficiales. Concluyeron que los reglamentos son importantes para las organizaciones e influyen en el rendimiento de la organización, no obstante deben ser revisados y conocidos por los miembros de mismas.

Palabras claves: Reglamentaciones, participantes, resultados, organización, gerencia

ABSTRACT

A global view of regulations and their influence in sport performance

Understanding the reasons for success in sport means to consider a great quantity of variables. The emphasis in this study is on regulations since the members of sport bodies in this research were asked about their perspectives in terms of the existing policies and structures within the organisations. The function of the organisation is crucial to the achievement of goals, as group norms are critical to the quality of group performance, high performance is evident only when norms encourage excellence. Here is presented the idea of regulations and norms and their relationship with performance and effectiveness. Great concern, however, should be given to the way they the members of the organisation

perceive the regulations. This study looks at the relationship of success in performance of sport organisations together with their policies and structures that regulate and control the artistic gymnastics elite sport. Six national gymnastics bodies participated in this study: Australia, Ecuador, France, Indonesia, Italy and New Zealand. The members of these organisations present their views about the importance of regulations. In spite of their cultural differences and particular situations they are all members of the International Gymnastics Federation and participate at international competitions in equal conditions.

Key words: Regulations, participants, results, organization, management

1. Introducción

En la teoría organizacional, el término formalización se refiere a la extensión en la cual las normas, reglamentaciones, descripciones de funciones, políticas y procedimientos gobiernan la operación de una organización (Parkhouse, 1996). En deportes, el establecimiento de normas y reglamentaciones es básico en cualquier área. Las actas constitutivas de cada organización son puntos de partida para esto. No es una tarea fácil y algunas veces la falta de reglamentaciones o malos entendidos pueden provocar serios daños a la organización los cuales podrían o no ser fáciles de identificar. Hatch (1997) enfatizó que una organización requiere control porque es una integración de la relación humana. No se puede negar que cada organización tiene sus propias características, pero a pesar de ello, éstas persiguen metas similares.

Una regla es una directiva autoritaria en cuanto a conducta o procedimiento (Railey y Tschauner, 1993). Los documentos más importantes que contienen las reglas de cualquier Federación o Cuerpo Deportivo son entre otros: constitución, código de comportamiento (atletas, entrenadores, jueces, administradores), reglamentaciones técnicas, programas de estudio y niveles de acreditación para entrenadores y jueces, orientación general, niveles de los gimnastas, entre otros. Estos elementos constituyen el cuerpo de reglamentaciones que gobiernan el deporte y todos sus miembros tienen que asumírselos. Heinilä (1995: 101) se refirió a una disciplina deportiva como un conjunto de reglas constituyentes porque es “un producto de la imaginación humana ... reducido a reglas constituyentes definiendo el propósito deportivo, marco de referencia para el comportamiento, significa, ... adecuado para la búsqueda de ese propósito”¹. Las reglas son consideradas por mucha gente como falta de libertad, un mal necesario o un mecanismo burocrático para perpetuar el poder; también se asocian con el control.

Controlar es entrenar; controlar es conducir; controlar es autorizar; controlar es regular. Controlar connota a menudo la idea impopular de reprimir la libertad y los derechos individuales, lo cual puede ser porque algunos textos de la administración ignoren o solo discutan moderadamente el tema. ... La meta final de controlar es obtener producto de calidad o servicio (Railey y Tschauner, 1993: 150).

¹ product of human imagination ... reduced into constitutive rules defining the sporting purpose, frame of reference for behaviour, means, ... proper for the pursuit of that purpose

Controlar es parte del proceso directivo y es un elemento normal en cualquier organización. Las reglas son esenciales para el funcionamiento de la organización y sin ellas la organización anda a ciegas. La idea de los reglamentos es establecer los parámetros del comportamiento de los miembros de la comunidad. En el área organizacional, la formalización involucra los aspectos relacionados con normas, reglamentaciones, políticas y procedimientos (Hatch, 1997; Mitchell et al, 1999).

La autoridad se define como el derecho a controlar el uso de recursos para establecer dirección a los programas y reforzar las políticas establecidas y los reglamentos de las organizaciones (ej., Railey y Tschauner, 1993). La posición de los administradores ha estado enlazada con el concepto de autoridad y con la idea de organizar las reglas para mantenerse en el poder. Sin embargo, las normas y reglamentaciones pueden ser usadas como una espada de doble filo. Distinguiendo cuatro fuentes de poder en las organizaciones, Crozier y Friedberg en Rail (1988: 45), mencionan el uso de reglas organizativas como un instrumento a través del cual los superiores demuestran superioridad hacia los subordinados, “la regla reduce el margen de libertad de los subordinados, al tiempo que aumenta el poder del superior... (pero también limita) el margen de escogencia del superior.... La regla se convierte en un dispositivo protector”². No obstante, para hacer las reglas efectivas, es importante que todos los miembros de la organización estén informados y participen en las reglamentaciones que controlan el deporte. Chalip (1996) establece que los aspectos buenos o malos del deporte dependen de la implementación de la organización particular y que en muchos países, el deporte es administrado por una gran variedad de organizaciones, por lo que la coordinación de la distribución del deporte se ha convertido en asunto de trascendental preocupación para los que hacen políticas.

La importancia del establecimiento de políticas y su análisis ha sido señalada por varios autores (Baldwin, 1997; Beilharz, 1987; Chalip, 1996; McNulty y Pettigrew, 1999; Middleton, 1987). Beilharz (1987) señala que la política por sí misma no tiene magia, no puede crear milagros. Ciertamente ésta ordena donde no hay políticas, no obstante, las políticas tienen que ser analizadas y conocidas por los miembros de la organización. Chalip (1995: 11) establece que la organización deportiva “no es una aplicación rutinaria del

² “the rule reduces the subordinates’ margin of liberty, hence increasing the superior’s power ... (But it also limits) the margin of choice of the superior. ... The rule becomes a protective device”

sentido común, sino que ella requiere decisiones astutas construidas a partir del análisis crítico”³ debido a la complejidad que presenta el mundo del deporte. Es de relevancia primordial que el establecimiento de la política deportiva no quede en manos de unos pocos, como ha sucedido tradicionalmente (Olin, 1995). El poder de los individuos en las organizaciones influye en la toma de decisiones y las políticas; tiene un gran impacto sobre la dirección de la organización. No es raro que en organizaciones, individuos que ostentan puestos claves dentro de ellas usen su autoridad para manipular a otros y/o controlar el conocimiento disponible para hacer decisiones (Hamilton y Turner, 1997).

Hay muchas variables que pueden influir en el éxito deportivo. Estas incluyen: sistemas de entrenamiento (Broom, 1986; Douyin, 1988), identificación de talento deportivo a temprana edad, integración de alto nivel de entrenamiento, difusión educacional con programas de asistencia financiera (Broom, 1991), costos, recursos, circunstancias históricas (Thoma y Chalip, 1996). Broom (1986, 1991) establece que aunque el talento atlético no está relacionado con el estatus socio-económico, para obtener un rendimiento de alto nivel, parece que en demasiados casos la oportunidad para desarrollar ese talento en algunos deportes es determinado por dicho estatus. La participación en la competición es otro elemento clave para ser conocido y tener tantas presentaciones en eventos internacionales como sea posible (ej., García, 2000). Heinilä (1989) menciona que la relación entre el sistema nacional y las capacidades para promover el deporte de élite, los recursos nacionales y las posibilidades de producción en general, por lo menos a la larga, indica que los países más avanzados y mejor dotados de recursos materiales tienden a ser los más aventajados promoviendo deporte de élite también. Mientras todos estos factores constituyen sólidas bases para respaldar esas conclusiones, hay países, que a pesar de sus limitaciones, todavía continúan participando en eventos internacionales buscando el éxito.

Esta investigación también ha mirado hacia otras áreas. Chalip (1996) señala que si el talento es innato antes que forjado, entonces la promoción de la participación simplemente aumenta la probabilidad de que el talento se encontrará; esto no indica que cada programa tenga infraestructura para promover destrezas. En la literatura existente con relación a la organización deportiva, el deporte y el éxito también se relacionan con la visión a largo plazo y con las características directivas de la organización deportiva efectiva

³ is not the routine application of commonsense, it requires artful decisions built from critical analysis

(ej., Allison y Donaldson, 1999; Quick, 1997). Allison y Donaldson (1999) incluyen en su lista de factores primordiales del éxito: visión a largo plazo, liderazgo y dirección, respaldo de los miembros, cuerpo nacional de apoyo, apoyo / entrenamiento de voluntarios, conexión de la comunidad, estrategias de comunicación, entre otros. Chappelet (1996) concluye que los tres conceptos de excelencia, equipo y entrenamiento pueden ser asociados con tres de las principales funciones de la organización que son planificar, organizar y dirigir.

Una organización “que alcanza sus metas es vista como más efectiva que otra que no lo hace. Este planteamiento ha sido usado mucho más extensivamente en la evaluación de la efectividad de organizaciones deportivas”⁴ (Amis y Slack, citado en Parkhouse, 1996: 67). Las federaciones nacionales son organizaciones que tienen su propio conjunto de objetivos. Uno de sus objetivos comunes es obtener buenos resultados en competencias internacionales. Un país que obtiene actuaciones destacadas es siempre un objeto de estudio y eso es un honor para cada miembro de la organización. Sin embargo, el éxito o fracaso en competencias siempre ha estado relacionado con aspectos diferentes a la organización, ej. “la única grandísima razón para el mejoramiento del rendimiento deportivo es un mejor entrenamiento y el conocimiento de ciencias del deporte. ... Los entrenadores son vistos como factores claves, interconectados con otros, en la determinación de una estrategia para alcanzar éxito internacional” (Schembri, 1987: 24)⁵. En otras palabras, el trabajo administrativo que se ha hecho dentro de la estructura llamada Federación Nacional ni siquiera es mencionado.

Los parámetros para medir el éxito de una organización son sus logros. En el mundo deportivo, la importancia dada a la organización dentro del país (en términos de financiamiento) y el reconocimiento internacional depende del número de medallas que obtenga en competencias internacionales. En este orden de ideas, Newell y Swan (1995) hablan del desarrollo de atletas de élite y la relevancia de las medallas internacionales obtenidas como un asunto importante por razones de orgullo nacional. El financiamiento

⁴ that achieves its goals is seen as more effective than one that does not. This approach has been used most extensively in evaluating the effectiveness of sport organizations

⁵ the single biggest reason for the improvement of sport performance is better coaching and sport science knowledge. ... Coaches are seen to be key factors, interlinked with others, in determining a strategy for achieving international success

gubernamental del deporte y su conexión con el orgullo nacional es mencionado en la literatura (ej., Auld y Godbey, 1998; Nafziger, 1998).

La preocupación acerca de estos aspectos organizacionales en las Federaciones no ha sido discutida ampliamente. Se ha mencionado, por ejemplo, por Schembri (1987) cuando se refiere al desarrollo de la gimnasia en Australia; que los cambios más grandes que se deben hacer son los de actitud y los organizacionales. Las visiones del éxito para la gimnasia estadounidense (USA Gymnastics, 1995) incluyen entre muchos aspectos un código de conducta claro y su aplicación para todos sus miembros. Gillet (1988) elogia la importancia de la administración y aspectos técnicos dentro de la organización de la Federación Francesa de Gimnasia. Hay muchas razones que pueden influir una organización negativamente y privarla de lograr buenos resultados. En este estudio el énfasis está en las reglamentaciones, y lo que es más importante, la perspectiva de los miembros de la organización hacia la importancia e influencia de las reglamentaciones en el rendimiento de la organización.

2. Metodología

Este artículo presenta los resultados de un estudio de naturaleza cualitativa y refuerza lo planteado por Slack (1996), quien indicó la importancia de estimular la realización de más estudios cualitativos en el área de organización deportiva. Esta investigación se basa en las respuestas que los entrevistados de seis organizaciones nacionales de gimnasia en diferentes lugares del mundo ofrecieron con respecto a diferentes interrogantes relacionadas con la importancia de los reglamentos de sus organizaciones y su conexión con el éxito en competiciones internacionales y la dirección administrativa. La relevancia de este estudio se centra en el hecho de poder escuchar las voces de los miembros de las organizaciones participantes, puesto que, metodológicamente hablando es de gran relevancia contar con sus percepciones (ej., Chalip, 1997) para corroborar la teoría con la práctica. En tal sentido se incluye una cantidad considerable de opiniones tomada directamente de los miembros de estas organizaciones. Además presenta tablas con los porcentajes de las respuestas, con el objeto de apreciar las diferencias o similitudes en las respuestas de los individuos entrevistados de diferentes áreas del mundo. Es de mencionar que el número de entrevistados en cada país no es suficientemente grande como para usar

métodos estadísticos, así como tampoco la autora nunca se propuso utilizarlos. Los porcentajes que se presentan en las tablas, constituyen una referencia que permite observar las semejanzas o diferencias de respuestas a pesar de las diferencias culturales. El contenido de las opiniones y comentarios de los entrevistados respecto a las reglamentaciones son la contribución más importante en este estudio.

La comparación entre las respuestas de los entrevistados en diferentes países es tratada como un estudio de caso (Biklen y Bogdan, 1992) a fin de distinguir y fundamentar la importancia de los reglamentos. Antes de llevar a cabo las entrevistas se recabó información de una amplia gama de fuentes a través de participación, observación, y documentación (ej., Minichiello et al, 1990; Skeggs, 1999). Las organizaciones deportivas (Federación de Gimnasia de Australia, Asociación de Gimnasia de Ecuador, Federación Francesa de Gimnasia, Federación Italiana de Gimnasia, Asociación de Gimnasia de Indonesia, Asociación de Gimnasia de Nueva Zelanda) proporcionaron documentos que fueron revisados antes de llevar a cabo las entrevistas semi-estructuradas (ej., Bate, 1997; Hitchcock y Hughes, 1995). Las organizaciones autorizaron que las entrevistas fueran realizadas a sus miembros (dos de cada grupo: entrenadores, jueces, administradores y gimnastas,). La obtención de información de diferentes organizaciones de gimnasia y otras no presentadas en este estudio, no fue un proceso fácil, la experiencia entera tuvo una duración de dos años y medio (López de D'Amico, 2000).

Este artículo presenta cinco secciones las cuales giran en torno a las respuestas de cuatro preguntas diferentes realizadas a los participantes. Todas las preguntas están relacionadas con el manejo de los reglamentos que son utilizados en la organización respectiva, a excepción de los de naturaleza técnica en el deporte gimnasia. Todas las comparaciones establecidas en este artículo son producto de las entrevistas, esto explica que las respuestas de los entrevistados estén citadas. Se utilizaron dos códigos para identificar al entrevistado y así proteger su anonimato, es por esto que a cada participante se les asignó un número del 1 al 47. En la primera parte de este análisis los entrevistados son identificados por un número (ej., E.2); el énfasis está en observar las diferentes opiniones en términos de reglamentos y el número de participantes que coinciden en criterios semejantes, sin importar el país o grupo al que pertenecen. En la segunda parte, los entrevistados son identificados por el grupo al que pertenecen (Ej., entrenador, juez,

administrador, gimnasta) con la intención de demostrar la semejanza en las opiniones independientemente de su afiliación. Las entrevistas fueron conducidas en varios idiomas y para efectos de los resultados expresados en este trabajo se tradujeron; las respuestas son presentadas como la expresaron los mismos participantes, no se enfatizó en correcciones gramaticales o de estilo. La información de los 47 participantes está distribuida por país (en las tablas) atendiendo a ocho participantes por país, salvo Ecuador donde solo siete pudieron participar. También se incluyen el comentario de un juez chino (China es altamente reconocida en la gimnasia artística) y el de la representante de la Federación Internacional de Gimnasia Slava Corn como puntos de referencia de la tendencia mundial de la gimnasia. Los participantes en este estudio están involucrados en la gimnasia de élite o de alto rendimiento y comparten un objetivo en común (ej., Fasan, 1990), la excelencia en el desempeño deportivo. Los países que participan en este estudio se clasificaron en dos grupos en atención a los resultados internacionales obtenidos en la década de los 90: Australia, Francia e Italia están clasificados en el grupo que ha logrado resultados intermedios, mientras que Nueva Zelanda, Indonesia y Ecuador tienen resultados más bajos en los últimos diez años.

3. Análisis de los Datos

Los resultados obtenidos de cuatro preguntas específicas relacionadas con los reglamentos son presentados en esta sección del artículo. Las respuestas fueron clasificadas de acuerdo a la terminología, usada por los entrevistados. El proceso de agrupar las respuestas fue diferente en cada una de las preguntas debido a la naturaleza de las entrevistas semiestructuradas, entonces algunos de los entrevistados presentan respuestas bastante amplias y otros muy cortas debido a que no se les presentaron patrones de respuestas (ej., sí o no). Los productos son mostrados en tablas con porcentajes de respuestas por país a objeto de observar las semejanzas o diferencias entre los países que han obtenido mejores resultados en competencias internacionales. Las diferentes respuestas fueron agrupadas en tres o cuatro categorías según las impresiones obtenidas.

Importancia de Reglamentos

La primera pregunta se refiere a la importancia de los reglamentos. Para este momento, ya los entrevistados habían respondido algunas preguntas relacionadas con los reglamentos internos de la organización a la que pertenecían. La pregunta específica fue: ¿Considera Ud. que si los reglamentos se dejan pasar por alto, eso afectará el éxito (alto rendimiento) de su organización? ¿Por qué? Las respuestas obtenidas fueron clasificadas en: 1) Si; 2) Si, pero; 3) No estoy seguro(a), (ver tabla 1).

Tabla 1: ¿Son importantes los reglamentos?

País / %	Si	Si, pero	No estoy seguro(a)
Francia	100		
Australia	75	12,5	12,5
Italia	62,5	25	12,5
Nueva Zelanda	100		
Indonesia	100		
Ecuador	57,2	42,8	

Ocho participantes por país. Siete participantes en Ecuador

1 participante = 12.5% 1 participante = 14.3%

En todos los países participantes hubo consenso en el hecho de que es importante tener reglamentos. Por otra parte indicaron que las reglamentaciones pueden proporcionar un sentido claro de la orientación y evitar peleas internas, lo cual se sustenta con las siguientes citas: “Si los reglamentos son ignorados y la injusticia ocurre, entonces las riñas ocurrirán otra vez y estarán dañando de nuevo al deporte y a los gimnastas, en consecuencia nuestro rendimiento, resultados, se verán afectados” (E.2); “Si. Estoy seguro que si no hay reglamentos el éxito se verá afectado porque la gente no sabrá como trabajar” (E.35); “Yo pienso que si afecta. El problema es que algunas veces los reglamentos no son bien aplicados, y aquí es donde viene el fracaso” (E.30);

Por supuesto. Porque debe haber requisitos, programas especiales. Debes prestar atención a lo que hagas y a las estrategias que apliques para obtener tus metas. Si solo trabajas por trabajar, sin una visión clara, entonces no hay producto. Por eso es que para ser bueno necesitas reglamentos (E.11)

Si, porque crea disciplina. Crea un ambiente más seguro para los gimnastas, entrenadores, jueces, porque todos estamos en un deporte difícil. Entonces es necesario tener reglas, eso crea un ambiente más seguro, disciplina, y si quieres mejorar la calidad de los resultados, ... cambia el sistema donde debes estar trabajando como entrenador para

estar allí entrenando, ... los jueces siempre tienen que estar calificados.
Los reglamentos dan un sentido de la orientación (E.45)

También se comentó que los reglamentos dan un sentido de la organización: “Yo pienso ... pongámoslo de esta manera, puedes tener el mejor entrenador del mundo, los mejores gimnastas, pero si el país no está organizado, entonces no puedes obtener éxito” (E.12). Otra persona mencionó que cuando los reglamentos son implementados, los cambios tal vez no ocurran en el futuro inmediato, pero el impacto en la organización será visible en el futuro. Los reglamentos dan un sentido de responsabilidad a la organización: “las reglas tienen que cumplirse para evitar disputas” (E.3). Aunque los reglamentos son importantes, su efecto positivo solo será visible si estos son aplicados:

si no se siguen o no son bien aplicados los reglamentos esto afectará notablemente a la organización y así los resultados ... Es necesario ser disciplinado en la aplicación de las reglas y tener una visión futura para lograr una calidad gimnástica estable (E.12).

Otro porcentaje (si, pero) indicó que las reglas son importantes aunque señalaron sus reservas. Una de estas, está relacionada con el hecho de que los acuerdos establecidos no siempre son respetados, “cuando no se han respetado las reglas que la Federación ha propuesto entonces el éxito ha sido afectado” (E.31). Otras reservas están relacionadas con el hecho de que a menudo las normas técnicas son modificadas, pero las otras áreas de la organización no se modifican conforme con los nuevos reglamentos, “en el sector organizativo, otros aspectos surgen, como intereses, jueces, entrenadores.... Entonces, si cambias un elemento, consecuentemente tienes que cambiar toda la estructura para así resolver el problema de la gimnasia en un modo general.” (E.21).

El grupo que indicó “no estoy seguro” señaló que los reglamentos son importantes pero hay más preocupación acerca de cómo son estos utilizados. Se observa claramente en el siguiente comentario:

... es quien escribe el criterio, quien fija los reglamentos, qué reglamentos y qué criterios. Obviamente debe haber algún criterio, es mejor que nada. Pero debe ser establecido de una manera que no pueda ser afectado por ... enemistades personales contra otros. Debe ser aplicado de manera que sea libre de toda politiquería y que está allí por el beneficio del deporte, y que no está allí por el beneficio de cualquier individuo. (E.4)

Otros indicaron que a veces los reglamentos han sido usados en contra del buen desarrollo del deporte, ej.: “... hay entrenadores que tienen buenas ideas para desarrollar este deporte pero estos entrenadores están limitados, en cierta medida, por los reglamentos internos en cada una de ellas (organizaciones estatales)” (E.27). Otro participante cree que su problema inmediato es el poco número de participantes, “por el momento nosotros necesitamos preparar proyectos para desarrollar la gimnasia... no tenemos suficientes gimnastas... no es un problema de reglamentos. Para nosotros es un problema de números” (E.19).

La mayoría de los entrevistados reconoció la importancia de tener reglamentos y de aplicarlos, lo contrario puede afectar el rendimiento. Sin embargo, también está la preocupación de que más importante que tener reglamentos, es cumplirlos. Como dijo el juez chino en la entrevista, “más reglas, no necesariamente es lo mejor, pero definitivamente cumplirlas es importante”.

Criterios Escritos - Normativas

La pregunta dirigida a los entrevistados donde se indaga la importancia de las políticas escritas fue: ¿En su opinión la falta de criterios y reglamentos escritos para conducir la gimnasia podría afectar el logro del éxito deportivo? Las respuestas se presentan resumidas en la tabla 2, y fueron agrupadas en tres categorías: 1)Si, 2)Si, pero, y 3)No.

Tabla 2: Importancia de reglamentos escritos

País / %	Si	Si, pero	No
Australia	75	25	
Francia	37,5	62,5	
Italia	25	50	25
Indonesia	100		
Nueva Zelanda	75	12,5	12,5
Ecuador	71,5	28,5	

Ocho participantes por país. Siete participantes en Ecuador

1 participante = 12.5% 1 participante = 14.3%

La mayoría de los participantes opinó que es importante tener políticas escritas. Sin embargo, también hay un porcentaje que manifestó sus reservas al respecto. Las razones

para tener criterios escritos fueron diversas. Los participantes de diferentes países manifestaron que tener los criterios escritos es una indicación de metas claras y organización del trabajo y consecuentemente aumenta la posibilidad del éxito: “si no hay reglas claras, ¿cómo podemos obtener buenos resultados?” (E.26). Otro indicó:

Sin criterios por escrito y reglamentos no hay manera de que hubiésemos alcanzado el éxito que tenemos: todos necesitan tener reglas y reglamentos para que todos trabajen hacia las mismas metas y objetivos; sin ello no hay forma de que nuestro país hubiese podido alcanzar el éxito que tuvo (E.1).

La necesidad de tener reglas escritas fue asociada con el hecho de que las palabras algunas veces son olvidadas: “...deben ser escritas. Es una obligación porque no se puede trabajar basándose en el verbo” (E.14); otro comentó, “si, deben estar escritas, porque si no están escritas entonces las reglas no son válidas” (E.23). Las reglas fueron consideradas indispensables para ofrecer una guía clara para seguir procedimientos: “es importante tener las reglas y los reglamentos allí, sin ningún secreto” (E.3). El sentido de continuidad fue otro aspecto considerado debido al hecho de que el deporte está apoyado por gente que no es permanente en sus cargos: “se necesita muchos criterios o políticas escritas porque la gente cambia, los directivos cambian, los voluntarios y los ayudantes cambian, por lo tanto se necesita que estén escritas para asegurarnos de que los valores estándar sean mantenidos” (E.44). Los reglamentos proveen un sentido de justicia e igualdad a todos los que trabajan por la misma meta: “debe ser una política, las cosas tienen que estar en blanco y negro, así es más fácil para que todos cumplan, no se les va a olvidar. Eso hace a todos iguales en la directiva” (E.45). Otros creyeron que los reglamentos son importantes porque permiten la evaluación de las políticas y objetivos que la organización tuvo en el pasado y así rectificar para el futuro: “Pienso que se deben tener las cosas escritas para que sea un deporte profesional, para mostrar desarrollo, y para recordar a dónde has estado y a dónde vas” (E.47). Y en general los participantes opinaron que los reglamentos definitivamente reflejan sentido de responsabilidad y confiabilidad: “la gente no es lo suficientemente responsable por lo que ellos hacen. Deben estar escritos” (E.42). Hubo un porcentaje de los participantes que en sus países no tenían muchos criterios escritos, pero ellos manifestaron que es importante tenerlos, ej., “si, pero no hay reglas escritas. Ellas deberían estar escritas” (E.34).

El grupo clasificado como “Si, pero”, entendió que es importante tener reglamentos escritos a pesar de que mostraron algunas reservas. Una de las razones es porque algunas de las reglas no han sido aplicadas con transparencia, al respecto un entrevistado respondió: “han sido principalmente las políticas de selección y los criterios que no han sido transparentes - abiertamente justos y equitativos – o han sido cambiados sin un pensamiento o proceso justo, algunas veces basándose en el interés del entrenador, eso ha causado problemas” (E.31). Otra preocupación está relacionada con quién escribe las reglas y cómo son aplicadas, principalmente porque los reglamentos pueden ser usados para beneficiar a un sector limitado en vez de al deporte en general:

Muchos de los reglamentos que son aplicados en el país son solo palabras. Hay otros que están escritos. Pero generalmente, ni los de palabras ni los escritos se cumplen. Algunas veces esto pasa debido a intereses personales. Entonces las posiciones individuales dañan el desarrollo del deporte. Tal vez esas reglas fueron hechas con buenas intenciones pero más tarde cuando afectan sus intereses, entonces cambian los reglamentos para beneficiarse ellos mismos... eso causa incomodidad. Esto afecta el logro de buenos resultados en el deporte (E.31).

Otros reconocieron la trascendencia de los reglamentos y cómo ellos pueden apoyar a la organización, pero una vez más se pone de manifiesto que las posiciones individuales son más fuerte que cualquier regla escrita:

Hay algunas reglas que no están escritas, sin embargo, eso es compensado por algunas personas que hacen el trabajo.... Las reglas pueden crear trabajo en grupo... y si están escritas, entonces funciona. Sin embargo, si hay problemas de rivalidad aun cuando estén las reglas, no funcionará” (E.9).

La creencia en la que los reglamentos podrían hacer que el sistema fuese muy estricto también fue mencionada: “Yo pienso que si todo está escrito entonces el sistema se hace muy rígido. No hay oportunidad de hacer cambios, para ajustar. Entonces, tal vez haya cosas que no están escritas” (E.13). Otro comentario está relacionado con el hecho de que las reglas tal vez no sean claras y podrían estar causando una orientación falsa, por esa razón “Debe haber reglamentos, pero no muchos, no debe haber demasiados, y deben ser claros” (E.21).

El porcentaje que contestó “No” ofreció tres diferentes razones. La primera se relaciona con el hecho de que la gente no lee, “Yo no sé si hay una gran carencia de cosas escritas o criterios.... El problema es que hay mucha gente allí en los clubes y ... no los conoce” (E.43). La segunda opinó que el reglamento “no es un elemento que puede bajar o aumentar el éxito deportivo. Son los aspectos técnicos... los objetivos políticos... luego basado en estos objetivos se pueden establecer las estrategias a seguir. Por el momento, estos objetivos son muy limitados” (E.19). La última está relacionada con la realidad en la que, demasiados reglamentos también puede crear problemas a los miembros de la organización, ej.,:

No, si tenemos reglamentos. Yo diría una cosa contraria, necesitamos tener menos reglamentos. Nuestra federación es la reina de los reglamentos.... Hay muchos voluntarios que dan su contribución sin recibir algo a cambio, entonces se cansan de todo esto... Yo escribiría un breve código y cualquier cosa que no esté contemplado en los reglamentos entonces las leyes nacionales deciden, esto es democracia. (E.17).

Es interesante indicar que Italia y Francia son las Federaciones que tienen más reglamentos escritos para sus miembros (López D’Amico,2000). Ellos indicaron que los reglamentos son importantes y necesarios en la organización porque contribuyen al logro de los objetivos, cuando son aplicados de manera correcta. Deben ser respetados y aplicados a todos los miembros de las organizaciones. En países como Ecuador e Indonesia donde hay menos reglamentos escritos, los participantes indicaron la importancia de tenerlos para servir de guía a su trabajo.

Modificación de los reglamentos

En las preguntas anteriores se indagó acerca de los reglamentos y su relación con el éxito, luego sobre la importancia de los reglamentos. La tercera pregunta fue: “¿Piensa Ud. que los reglamentos y normas deben ser revisados continuamente, modificados y actualizados para lograr mejores resultados?”. En la etapa final de las entrevistas nuevamente se interrogó acerca de los reglamentos, pero la pregunta fue diseñada para confirmar lo que ya habían dicho. Cuando se les preguntó sobre la importancia de modificar reglamentos, contestaron que ya habían mencionado ese aspecto en las preguntas anteriores, por lo cual la mayoría de las respuestas fueron cortas. En la tabla 3 se demuestra

que la mayoría afirmó que los reglamentos tienen que ser modificados para alcanzar el éxito.

Tabla 3: Importancia de modificaciones de reglas

País / %	Si	Si, pero	No	No estoy seguro(a)
Australia	100			
Francia	87,5		12,5	
Italia	62,5	25		12,5
Indonesia	100			
Ecuador	100			
Nueva Zelanda	87,5	12,5		

Ocho participantes por país. Siete participantes en Ecuador

1 participante = 12.5% 1 participante = 14.3%

La importancia de modificarlos fue señalada como una manera de tener reglas claras y mejores objetivos:

Pienso que se deben revisar los reglamentos continuamente. A veces pueden actuar perjudicialmente, otras veces son una ventaja; es para que se utilicen como una directriz pero lo principal es ver las direcciones estratégicas donde se va a estar en el futuro y asegurarse de que es hacia ese objetivo hacia donde deben dirigirse las acciones. (E.41).

Otra tendencia observada en las respuestas se relaciona con el hecho de que las reglas tienen que ser adaptadas de acuerdo a los cambios que ocurren en el deporte; la organización “tiene que ser firme con los principales objetivos pero también debe adaptarse a los nuevos tiempos. Eso significa que cuando es necesario, entonces los cambios deben aplicarse” (E.20). Otra gente asoció los reglamentos con el éxito, “si, ellos tienen que ser revisados para lograr mejores resultados” (E.35). Otra tendencia reforzó el hecho de que los reglamentos tienen que ser modificados y todo cambio necesita estar escrito “porque debido a que estas reglas y reglamentos todavía no están en concreto, la gente en los puestos de poder puede obtener lo que quieren en vez de lo que es mejor para los gimnastas o los entrenadores” (E.6). La siguiente opinión también refuerza la idea de que tienen que ser modificados y también aplicados: “ellos no sólo tienen que ser modificados si no aplicados para el desarrollo de la gimnasia” (E.26).

Un pequeño porcentaje (Si, pero) pensó que las modificaciones son necesarias pero con algunas reservas. La primera indicación es que tienen que ser claras: “debe estar

bastante claro cuál es el objetivo” (E.21); que no sean complicadas, “ las reglas tienen que ser simples” (E.10); y que tengan un enfoque real.

La respuesta “No estoy seguro(a)” se refirió al hecho de que algunas personas creyeron que no es un problema de reglamentos sino del número de practicantes. La respuesta “No” fue sustentada en la circunstancia de que muchas reglas en la gimnasia cambian constantemente, hecho que podría atentar contra la estabilidad de la organización. Sin embargo, esta respuesta estuvo relacionada más a cambios técnicos, los cuales no son objeto de esta investigación. No obstante, es interesante observar la siguiente opinión: “No lo creo. La gimnasia ya es demasiado complicada para modificarla, eso se hace cada cuatro años y todos tienen que cambiar y adaptarse a ello y el público no logra entenderla por completo” (E.10). El Código de Puntaje de la Gimnasia Artística en los últimos 30 años se ha modificado en cada ciclo olímpico, también se han realizado pequeños cambios sin esperar a concluir los ciclos cuando la FIG ha estimado necesario. Aún así, los reglamentos, exceptuando el código de puntaje para competiciones, no son modificados ni adaptados a las demandas por democratizar el deporte.

Reglamentos y el Cuerpo Nacional Gubernamental

A los entrevistados se les preguntó su opinión relacionada con los reglamentos aplicados por su organización y su influencia en los resultados que han obtenido a nivel internacional. La pregunta fue: ¿Piensa Ud. que el cumplimiento de las reglas aplicadas por su Federación/Asociación ha sido un elemento clave en el éxito alcanzado por su país? Las respuestas fueron clasificadas en cuatro categorías: 1) Si; 2) No; 3) No estoy seguro(a); 4) No lo sé.

Tabla 4: Influencia positiva de los reglamentos aplicados por la Federación

País / %	Si	No	No estoy seguro(a)	No lo sé
Australia	37,5	12,5	37,5	12,5
Francia	100			
Italia	37,5	12,5	50	
Ecuador	28,6	28,6	42,8	
Indonesia	12,5	35,5	50	
Nueva Zelanda		12,5	75	12,5

Ocho participantes por país. Siete participantes en Ecuador

1 participante = 12.5%

1 participante = 14.3%

En las respuestas (ver tabla 4), es evidente que Francia tiene una gran confianza en su sistema organizativo, este hecho fue mencionado varias veces durante las entrevistas. Es el único país en el cual 100% de los entrevistados afirmó que las reglas aplicadas por la Federación/organización tuvieron una influencia positiva en los resultados que han obtenido, ej., “sí, por supuesto. Como dije la Federación ha establecido un sistema y una organización para lograr los objetivos establecidos” (juez). Un entrenador también dijo “sí, por ejemplo la organización del Campeonato Europeo en masculino es el fruto de un gran programa, un gran proceso que comenzó hace 10 años, ha sido un largo proceso”.

Otras opiniones acerca de la influencia positiva de los reglamentos en otros países fueron referidas a la importancia de sus reglamentos escritos y el sistema de formación de los entrenadores: “la Federación tiene programas estables y reglamentos. Ha ofrecido entrenadores extranjeros pero también ha invertido en entrenadores (nacionales)... Por supuesto esto ha traído éxito a la gimnasia (del nombre del país)” (entrenador). Otros participantes estuvieron de acuerdo en que podrían tener problemas y malos entendidos, sin embargo, en líneas generales los reglamentos ha sido positivos: “organización todos los reglamentos creados por la Federación contribuyen pero puede que creen problemas. Yo diría que en líneas generales y considerando todos los elementos, ellos han contribuido de una manera positiva, en líneas generales” (entrenador). Otros consideraron que a pesar de los bajos recursos, “la Federación intenta tanto como le es posible aplicar los reglamentos. A veces no pueden, pero hacen lo mejor que pueden para aplicarlos” (gimnasta).

Las respuestas clasificadas “No” responden a ciertos aspectos. Uno de ellos es la aplicación de los reglamentos, “no son las cosas escritas lo que determinan el éxito. Se puede escribir un libro completo de reglamentos pero tal vez no sean aplicados.... Yo pienso que es porque los reglamentos no están actualizados” (juez). Otros creyeron que es un problema de organización, “hay desorganización. Yo no pienso que la organización de gimnasia en (país) es buena” (gimnasta). Otros mencionaron las diferencias internas dentro de la directiva, “la Federación lógicamente tiene un rol fundamental pero hay miembros de la directiva que no ayudan a que se cumplan los reglamentos, ellos hacen las cosas más difíciles” (entrenador). Algunos discutieron las faltas de metas claras en las directivas: “de algunas maneras la organización ha sido buena al deporte. Pero hay un planteamiento muy conservador de la organización y esto ha frenado muchas metas mejores... las personas no

tenían un antecedente gimnástico... carecían de ambiciones” (administrador). Otros discutieron que algunas juntas directivas no han considerado seriamente las consecuencias de los reglamentos que han implementado: “tienen que mejorar esto, o sea pensando seriamente, si ellos quieren obtener buenos resultados deben prestar más organiza a los reglamentos” (gimnasta).

Las respuestas clasificadas como “No estoy seguro(a)” responden a cuatro tendencias. La primera es acerca de la complejidad del deporte y demandas técnicas internacionales “nosotros, los entrenadores dependemos de las normas internacionales, FIG, eso es un gran problema” (administrador); otro comentario de un juez: “Han existido muchas maneras, muchos planes ... pero no es un problema de la Federación... el alto rendimiento ha sufrido”. En la segunda tendencia los participantes indicaron que las normas han estado allí pero no se han cumplido, “los reglamentos han estado siempre allí... Algunos de ellos han producido resultados positivos y otros no lo han hecho; tal vez porque no han sido llevados a cabo organizaciones. Hay otras que están en los reglamentos escritos pero no fueron aplicados” (gimnastas). La tercera tendencia mostró que ha sido más el trabajo individual que la organización misma:

Las reglas han contribuido pero yo creo que su cumplimiento ha sido realmente porque alguna persona se posesiona de algún proyecto y ellos han sido conductores / líderes para hacer que se cumplan.... Entonces se puede tener todas las reglas, pero a menos que alguien tome organiza de algo para que se ejecute, se logrará, de lo contrario no sucede. (administrador).

La cuarta tendencia se refiere a las organizaciones que habían incluido algunos cambios recientes para el momento de la recolección de datos. Está representada por un porcentaje que manifestó que los reglamentos llevados a cabo son demasiado nuevos para percibir si son positivos:

Es un poco difícil de decir porque esas nuevas normativas y reglamentos han venido a tener efecto en los últimos 6 o 12 meses. El éxito del deporte es debido a varias cosas diferentes, no es solo esas reglas y la aplicación de esas reglas. Ciertamente ellas continuarán contribuyendo al éxito pero el grado en el cual han sido instrumentales en el éxito alcanzado en nuestro país sería difícil de figurar a estas alturas” (administrador).

“Lo veo desde otro punto de vista.... El hecho de que estamos preparados para cambiar y organizarnos en nuevas estructuras, eso es una ayuda. En

el pasado no ayudó mucho pero ahora, con los cambios en la estructura, estamos yendo en el camino correcto” (entrenador).

Un pequeño porcentaje contestó “No sé” y la razón se asoció con no tener conocimientos de las reglas aplicadas por sus organizaciones nacionales; estos entrevistados fueron gimnastas. A excepción de Francia, la mayoría de los que respondieron no creyeron que los reglamentos aplicados por sus organizaciones han tenido un impacto positivo en el logro de los resultados obtenidos.

Para culminar esta sección de análisis, se observa que la tendencia de las respuestas de los participantes de las cuatro preguntas, se resumen en tres aspectos relevantes: 1) Las diferencias culturales entre ellos no evitó que coincidieran en que las reglas son importantes y pueden influir en los resultados deportivos. De igual manera, también comparten la creencia de que las reglas tienen que ser escritas y modificadas por la gente apropiada cuando es requerido. Los entrevistados manifestaron que se necesitan reglamentos claros. Tener algún tipo de reglamentaciones es mejor que no tener ninguno. 2) Exceptuando Francia, la cual ha logrado obtener resultados más estables durante el lapso de estudio, los participantes de los otros países no creyeron que sus resultados estén estrechamente relacionados a las políticas aplicadas por sus organizaciones respectivas, y 3) Los reglamentos están basados y hasta limitados en varias culturas de acuerdo a las leyes nacionales respectivas, pero los reglamentos deportivos en organiza a sus miembros en su mayoría son generados por las mismas organizaciones.

4. Discusión

Una visión global de aspectos relacionados con el nivel élite de la gimnasia está plasmado en este estudio, específicamente de asuntos relacionados a reglamentos y las perspectivas de los entrevistados. Este trabajo identificó que diferentes tipos de organizaciones, a pesar de su cultura particular-local, comparten metas similares y perspectivas similares (ej., López de D’Amico y O’Brien, 2001). La semejanza en las respuestas obtenidas a través de los entrevistados de diferentes áreas del mundo parece muy interesante y se enfoca con las características y los participantes de la gimnasia de alto rendimiento.

La importancia de reglamentos, fue específicamente señalada por la variedad de las respuestas de los entrevistados. En todos los casos se observa una opinión en común en la que:

-Es importante tener reglas claras para dirigir el deporte, tener responsabilidad y demostrar confiabilidad;

-Es importante contar con criterios escritos para obtener el sentido de la organización, la igualdad, y poder realizar evaluaciones futuras de las políticas anteriores;

-Las reglas proveen el sentido de la dirección. Ellas tienen que ser modificadas para adaptarse a los cambios del deporte y la sociedad.

-Los reglamentos son importantes para tener metas claras porque influyen en el éxito deportivo.

-Los países en el estudio, a pesar de sus diferencias en la cantidad de reglamentos que poseen, están convencidos de su importancia. Por ejemplo, Indonesia y Ecuador que tienen el número más bajo de reglamentos señalaron que los reglamentos son importantes y deben estar escritos.

-La mayoría de los participantes piensa que los reglamentos aplicados por sus Federaciones no han influenciado el logro del éxito. El resultado fue más evidente en los países clasificados en el segundo grupo. Sin embargo, también hay un gran porcentaje de entrevistados que respondieron “no estoy seguro(a)”. en ambos grupos (excepto Francia). A pesar de que algunos entrevistados reconocieron que los reglamentos son importantes, hay una preocupación acerca de quién los elabora y cómo son aplicados. También señalaron que las decisiones son realizadas en el más alto nivel de la organización y la información no llega a los niveles más bajos.

Durante esta investigación se le preguntó a los entrevistados acerca de la conexión entre el éxito y los reglamentos, y la mayoría admitió que si había una relación. Slava Corn (entrevista 1999) señaló que, “Organización y éxito...si por supuesto... pienso que tiene que haber alguna conexión. Cómo investigar eso cualitativamente es otro asunto”. Luego señaló la importancia de la organización, la inclusión y los aspectos técnicos también:

En las federaciones nacionales, depende en como están organizadas; si su organización parece ser justa, si no excluyen a la gente, si ofrecen oportunidades de entrenamiento como deberían, si sus sistemas de selección son comunicados apropiadamente, si los atletas saben qué se espera de ellos, hay tantos aspectos que si la federación nacional tiene

todo eso y preparan a su equipo entonces uno concluiría que ellos serían más exitosos. Tiene que haber la preparación técnica y el apoyo de los sistemas de apoyo alrededor de ellos pueden ser sistemas que necesitan para aumentar esos éxitos. Pero no puedes tener una organización perfecta y una pobre calidad técnica y esperar obtener alto rendimiento, no puedes.

En el deporte ha existido una gran tendencia a ver la calidad técnica para mejorar el desempeño en vez de otras áreas y más aún la administración deportiva y procedimientos para hacer políticas.

Heinilä (1995) indicó, que en esencia una disciplina deportiva es nada más y nada menos que un conjunto de reglas constitutivas. El lenguaje es más importante de lo que normalmente es reconocido (Beilharz, 1987); el poder está en la formación discursiva y en el conjunto de distinciones lingüísticas (Alvesson y Deetz, 1996). Es cierto que las reglamentaciones puedan ser usadas para manipular, pero también proporcionan el sentido de la organización. En este estudio los entrevistados indicaron que las reglas son importantes para dar un sentido de dirección a la organización. Los participantes de los países en los cuales hay poca reglamentación indicaron que aunque no tenían tantas, piensan que es importante tenerlas. Las reglas y las estructuras son importantes para obtener una posición desde donde se pueda operar. Los reglamentos esbozan los límites, establecen las direcciones que una organización necesita para trabajar y definen las políticas.

En este estudio de caso los participantes y la investigadora creen que hay una conexión entre reglamentos y el éxito obtenido por la organización. Está bastante claro en la literatura que hay numerosas variables que influyen el éxito, sin embargo, como señaló Battell (1994: 125), para obtener éxito “la buena gerencia tal vez no sea lo único que determina el éxito- otros factores, como la suerte, el clima, y la política pueden jugar una parte ... – pero es un gran determinante sobre el cual puede haber algún grado de control”⁶.

Nafziger (1988) mencionó, que en términos del deporte internacional, que las reglas, principios y procedimientos son necesarios. Los participantes de este estudio confirmaron que si los reglamentos son ignorados o menospreciados, esto influirá

⁶ good management may not be the only determinant of success - other factors, such as luck, the weather, and politics can play a part ... - but it is a major determinant over which there can be some degree of control

negativamente a los esfuerzos para alcanzar el éxito. Los entrevistados reforzaron la importancia de la organización y las políticas escritas en relación a la credibilidad de la organización así como también con el éxito. Las conclusiones generales obtenidas de esta investigación son de relevancia para la comprensión de cómo afectan los reglamentos al desempeño y el éxito o logros de la organización. Más importante aún es señalar, que el análisis es producto de los datos presentados desde la perspectiva de los miembros de la organización quienes son los afectados por los reglamentos. A pesar del hecho de que los resultados de un caso de estudio no puede ser aceptado como una verdad general, los resultados muestran evidencia de la importancia de los reglamentos en la comprensión del comportamiento organizativo y desempeño /logros de las organizaciones.

Referencias

Allison, P. y Donaldson, I. (1999), The changing face of sport, structuring for the future. En: *Proceedings of the 8th Annual Australia and New Zealand Sport Law Conference 1998* (pp. 000386-000396). Australia: Australia and New Zealand Sports Law Association Inc.

Alvesson, M. y Deetz, S. (1996), Critical theory and postmodernism approaches to organizational studies. En S. Clegg, C. Hardt y W. Nord (Eds.), *Handbook of organization studies* (pp 191-217). USA: SAGE.

Auld, C. y Godbey, G. (1998), Influence in Canadian national sport organizations: Perceptions of professionals and volunteers. *Journal of Sport Management*, 12(1), 20-38.

Baldwin, R. (1997), The business development of sport: The role of a sport governing body. *Sport Law Administration and Practice*, 4(6), 8-9.

Bate, P. (1997, September), Whatever happened to organizational anthropology? A review of the field of organizational ethnography and anthropological studies. *Human Relations*, 9(5)0, 1147-1175.

Battell, D. (1994), The well-managed national sport organisation. En L. Trenberth, y C. Collins (Eds.), *Sport management in New Zealand: An introduction* (pp 124-135). New Zealand: The Dunmore Press.

Beilharz, P. (1987), Reading politics: Social theory and social policy. *Australian and New Zealand Journal of Sociology*, 23(3), 388-406.

Biklen, S., y Bogdan, R. (1992). *Qualitative research for education* (2nd ed.). USA: Simon & Schuster.

Broom, E. (1986), High performance in sport, dance and education: Partners or antagonists?. *Proceedings of the VIII Commonwealth and International Conference on Sport, Physical Education, Dance, Recreation, and Health* (pp 102-113). Glasgow, Scotland: E. y F.N. Spon.

Broom, E. (1991), Lifestyles of aspiring high performance athletes: A comparison of national models. *Journal of Comparative Physical Education and Sport*, 13(2), 24-54.

Brunelli, M. (1994), Sport financing in Italy. En *Proceedings of the Second European Congress on Sport Management* (pp. 47-60). Italy. European Association for Sport Management

Chalip, L. (1995), Policy analysis in sport management. *Journal of Sport management*, 9(1), 1-13.

Chalip, L. (1996), Critical policy analysis: The illustrative case of New Zealand sport policy development. *Journal of Sport Management*, 10, 310-324.

Chalip, L. (1997), Action research and social change in sport: An introduction to the special issue. *Journal of Sport Management*, 11(1), 1-7.

Chappelet, J. (1996), Sport as a management model. En J. Chappelet (Ed.), *Sport management: An international approach* (pp. 179-188). Lausanne: International Olympic Committee.

Douyin, X. (1988), A comparative study on the competitive sports training systems in different countries. *Journal of Comparative Physical Education y Sport Cross-Culture*, 10(2), 3-12.

Fasan, C. (1990), Predicting success in sports organisation via the use of a management technique. *Conference Proceedings: Commonwealth and International Conference on Physical Education, Sport, Health, Dance, Recreation and Leisure* (pp. 190-197). New Zealand: The New Zealand Association of Health, Physical Education y Recreation.

García, A. (2000, April 15), A lesson in humility, willpower and talent. *Gramma International* [On-line]. Página web: <http://www.granma.cu/ingles/abr1/15_gimnast-E.tml>, accesado 26/05/2000.

Gillet, R. (1988, Mayo/Jun), Structures et organisation. *Education physique et sport*, 211, 52.

Hamilton, L. y Turner, P. (1997), Power in sport: A case study in Victoria soccer. *Conference Proceedings: 2nd Annual Sport Management Association of Australia 1996* (pp. 95-114). Deakin University, Australia: Sport Management Association of Australia and New Zealand.

Hatch, M. (1997). *Organizational theory: Modern, symbolic, and postmodern perspectives*. New York, USA: Oxford University Press.

Heinilä, K. (1989), International competition as a test of athletic performance - Overt and covert validity. En F. Fu, M. Ng y M. Speak (Eds.), *Comparative physical education and sport volume 6* (pp. 193-198). Hong Kong: Physical Education Unit: The Chinese University of Hong Kong.

Heinilä, K. (1995). Sport disciplines in the light of the sociological imagination. En B. Karl-Heinrich y A. Rütten (Eds.), *International Sociology of Sport: Contemporary Issues; Festschrift in honor of Günther Lüschen* (pp 99-109). Stuttgart: Naglschmid.

Hitchcock, G.. y Hughes, D. (1995). *Research and the teacher: A qualitative introduction to school-based research* (2da ed.). Cornwall, London: Routledge.

López de D'Amico, R. (2000). *Organisation and regulations in national sport bodies: A comparative study in artistic gymnastics*. Doctoral dissertation. UMI File No 3001249.

López de D'Amico, R. & O'Brien, C. (2001). Gymnastics and Globalisation: In Spite of the Cultural Differences. *International Sport Studies*, 23(1/2), 59-67.

McNulty, T. y Pettigrew, A. (1999), Strategists on the board. *Organization Studies*, 20(1), 47-74.

Middleton, M. (1987). Nonprofit boards of directors: Beyond the governance function. En W. Powel (Ed.), *The non profit sector* (pp 142-153). New Haven, CT: Yale University Press.

Minichiello, V., Aroni, R., Timewell, E.. y Alexander, L. (1990). *In depth interviewing*. Melbourne, Australia: Longman Cheshire.

Mitchell, R., Crosset, T. y Barr, C. (1999). Encouraging compliance without real power: Sport associations regulating teams. *Journal of Sport Management*, 13(3), 216-236.

Nafziger, J. (1988). *International sports law*. United States of America: Transnational Publishers, Inc.

Newell, S. y Swan, J. (1995). The diffusion of innovations in sport organizations: An evaluative framework. *Journal of Sport Management*, 9(3), 317-337.

Olin, K. (1995). On reflections of power in sport institutions. In B. Karl-Heinrich y A. Rütten (Eds.), *International Sociology of Sport: Contemporary Issues; Festschrift in honor of Günther Lüschen* (pp. 321-329). Stuttgart: Nagelschmid.

Parkhouse, B. (1996). *The management of sport: Its foundation y application* (2nd ed.). USA: National Association for Sport y Physical Education.

Quick, S. (1997), The virtuous circle: Success on AND of the field for the Sydney Swans. *Conference Proceedings: 2nd Annual Sport Management Association of Australia 1996* (pp 79-94). Deakin University, Australia: Sport Management Association of Australia and New Zealand.

Rail, G. (1988). A Theoretical framework for the study of complex sport organizations. *Journal of Sport Management*, 2(1), 40-52.

Railey, J.. y Tschauner, P. (1993). *Managing physical education, fitness and sport programs* (2nd ed.). California, USA: Mayfield.

Schembri, G. (1987). Gymnastic development: An Australian perspective. En B. Petiot, J. Salmela y T. Hoshizaki (Ed.), *World identification system for gymnastic talent* (pp 21-33). Montreal, Canada: Sport Psyche.

Skeggs, B. (1999, April). Seeing differently: Ethnography and explanatory power. *AER: The Australian Educational Researcher*, 26(1), 33-53.

Slack, T. (1996). From the locker room to the board room: Changing the domain of sport management. *Journal of Sport Management*, 10(2), 97-105.

Thoma, J. y Chalip, L. (1996). *Sport governance in the global community*. USA: Fitness Information Technology, Inc.

USA Gymnastics. (1995, enero). A plan for the future of USA Gymnastics. *Technique*, 30-31.

CALCULATION OF SCORES AND DESCRIPTIVE STATISTICS FOR WHOQOL INSTRUMENTS USING MICROSOFT EXCEL

Bruno Pedroso

Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) – Brazil

brunops3@brturbo.com.br

Luiz Alberto Pilatti

Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) - Brazil

Gustavo Luis Gutierrez

Universidade Estadual de Campinas (UNICAMP) - Brazil

Celso Bilynkiewicz dos Santos

Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) - Brazil

Claudia Tania Picinin

Universidade Tecnológica Federal do Paraná (UTFPR) - Brazil

CÁLCULO DE PUNTUACIONES Y ESTADÍSTICA DESCRIPTIVA PARA INSTRUMENTOS WHOQOL UTILIZANDO MICROSOFT EXCEL

RESUMEN

El objetivo de este trabajo es construir herramientas para calcular las puntuaciones y la estadística descriptiva de los instrumentos WHOQOL. Para calcular el resultado de dichos instrumentos, el grupo WHOQOL recomienda el uso de SPSS, un paquete estadístico analítico de micro computadora que, sin embargo, no está disponible a nivel mundial. Las herramientas propuestas en este estudio fueron desarrolladas del software Microsoft Excel 2003 siguiendo la sintaxis propuesta por el Grupo WHOQOL. Todas las herramientas fueron probadas por investigadores de una acreditada universidad en Brasil y estuvieron también sujetas a una simulación con el software SPSS 12.0, en donde los resultados fueron exactamente los mismos. La sintaxis utilizada en la construcción de las herramientas está disponible, lo cual permite su adaptación para ser aplicada en otros instrumentos. De estos resultados se concluyó que es posible la provisión de herramientas gratuitas para el análisis de datos, sin requerir el uso del software SPSS.

Palabras claves: Calidad de Vida, WHOQOL, Estadística Descriptiva.

ABSTRACT

The objective of this paper is to build tools for calculating the scores and descriptive statistics of the instruments WHOQOL. To calculate the results of WHOQOL instruments, the WHOQOL group recommends the use of SPSS, an analytical microcomputer statistical package however is not readily available world-wide. The tools proposed in this study were developed from the software Microsoft Excel 2003, following the syntax proposed by WHOQOL Group. All tools were tested by researchers from an accredited university in

Brazil. They were also subjected to a simulation with the software SPSS 12.0, where the results were exactly the same. The syntax used in the construction of the tools is available, allowing its adaptation for application on other instruments. It was concluded that, from these results, the provision of free tools for data analysis was possible, without requiring the use of SPSS software.

Keywords: quality of life, WHOQOL, descriptive statistics.

1. Introduction

The term “health” was, in 1946, defined by the World Health Organization (WHO) as “a state of complete physical, mental and social well-being and not merely the absence of disease or infirmity” (Saxena, O’Connell & Underwood, 2002, p. 81). The paradigm that health is the opposite of sickness was still prevalent in the mid-1970s.

Even if there is some conformity of opinions on the importance of evaluating the quality of life, such concept presents divergence. The multidimensional concept of quality of life includes various indicators, proposed by authors that have shaped different conceptual constructions. This fact makes that the importance attributed to indicators promote the existence of distinct concepts (Fleck, 2008).

The fact that there is no consensus on the concept of quality of life is a major challenge in the development of tools to evaluate the quality of life, while it is not possible to clearly state which elements these instruments measure (Fleck, 2008).

From that premise, the starting point to build the World Health Organization (WHO) instrument for assessing the quality of life has been to conceptualize quality of life. In the concept adopted, quality of life is perceived as “individuals’ perceptions of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live and in relation to their goals, expectations, standards and concerns” (The WHOQOL Group, 1998a, p. 1569).

Using this concept as a base, WHO has committed itself to the construction of WHOQOL instruments, which evaluate the quality of life, not only in global terms as WHOQOL-100, WHOQOL-bref and WHOQOL-SRPB, but also in terms of specific issues, such as WHOQOL-HIV, WHOQOL-HIV-bref and WHOQOL-OLD. Currently WHOQOL instruments are available in over 50 languages (WHO Field Centre for Quality of Life of Bath, 2008).

To obtain the results of WHOQOL instruments applications, the WHOQOL Group recommends the software Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), a statistical software that requires expertise for its use. The SPSS is not freely distributed.

From this perspective, this study aims - following the syntax proposed by WHOQOL Group - to construct tools that perform the calculation of scores and descriptive statistics of the instruments WHOQOL from the Microsoft Excel, a software that is accessible globally. The specific objective is the proposal of clarifying the procedures for calculating the scores of WHOQOL instruments, which are implicitly disposed in the documents published by the WHOQOL Group.

2. The precursor instrument: WHOQOL-100

The development of an instrument for evaluation of quality of life purposed by WHO was conducted in 15 centers simultaneously, based in 14 countries. After developing the project WHOQOL, new centers were built.

The development methodology of WHOQOL was sectioned into four major stages: clarifying the concept of quality of life, qualitative pilot study, development of a pilot and finally, field implementation. For the integrated centers, after the completion of the instrument, a protocol was established which consisted in its translation, preparation of the test pilot, development of the response scales and administration of the pilot (The WHOQOL Group, 1998a).

2.1 WHOQOL-100 questions elaboration

From the suggestions made by each of the development centers, 1800 questions were gathered. After the elimination of redundant or equivalent questions, the number of questions was reduced to 1000. Then, a classification of questions regarding quality of life and culture was done in each center of development (The WHOQOL Group, 1995). That resulted in the selection of 235 questions, sectioned in 29 facets, for the pilot instrument of WHOQOL-100. According to The WHOQOL Group (1995, p. 1407), the criteria for the establishment of WHOQOL-100 were:

- Be based as far as possible on the suggestions of patients and health personnel participating in the focus groups;
- Give rise to answers that are illuminating about respondents' quality of life, as defined in this project;
- Reflect the meaning conveyed in the facet definition;
- Cover, in combination with other questions for a given facet, the key aspects of that facet as described in the facet definition;
- Use simple language, avoiding ambiguity in terms of either wording or phraseology.
- Be shorter rather than longer;
- Avoid double negatives;
- Be amenable to a rating scale;
- Ask about a single issue/facet;
- Avoid any explicit reference point either in terms of time or in terms of some comparison point (e.g. the ideal or before I was ill);
- Be applicable to individuals with a range of impairment;
- Be phrased as questions and not statements;

- Reflect the typology of questions adopted for the project.

After conducting the pilot, the best questions for each facet were selected in order to establish internal consistency and discriminant validity of the instrument. One hundred questions were selected and placed in 24 facets. The facets were grouped into six major domains (The WHOQOL Group, 1995).

2.2 Response scale for WHOQOL-100

All questions of WHOQOL-100 are closed. It used a Likert-type response scale, composed of five elements, ranging from 1 to 5. These extremes represent 0% and 100%, respectively. There are four different types of response scales, as can be seen in Table 1:

TABLE 1 Response scale of WHOQOL-100

SCALE	0%	25%	50%	75%	100%
INTENSITY	Not at all	A little	A moderate amount	Very much	An extreme amount
	Not at all	Slightly	Moderately	Very	Extremely
EVALUATION	Very dissatisfied	Dissatisfied	Neither satisfied nor dissatisfied	Satisfied	Very satisfied
	Very poor	Poor	Neither poor nor good	Good	Very good
	Very unhappy	Unhappy	Neither happy nor unhappy	Happy	Very happy
CAPACITY	Not at all	A little	Moderately	Mostly	Completely
FREQUENCY	Never	Seldom	Quite often	Very often	Always

Source: Adapted from The WHOQOL Group (1998b)

2.3 WHOQOL-100 scores calculation

The results of the WHOQOL-100 implementation are expressed through the scores of each facet and domain. The WHO recommends the use of SPSS statistical software to calculate the results of WHOQOL-100.

Even if the SPSS syntax for the WHOQOL-100 is of public domain, the Group WHOQOL only discloses the syntax code lines, without explaining the criteria for calculating the scores of domains and facets of WHOQOL-100. In an attempt to suppress this omission, the lines of code of SPSS syntax were translated in this study, explaining what the procedures used to calculate the scores of domains and facets of WHOQOL-100 are. Thus, one can say that the results of the WHOQOL-100 are resolved as follows:

- Verification of all questions completed with values between 1 and 5;
- Reversal of the 18 questions whose answer scale is inverted;
- Scores of facets calculation from the simple arithmetic average of questions that compound each facet, followed by a multiplication by four. The multiplication by four is used so that, in case of a question has not been answered, the score of a facet compensates the invalidation of the question through the product by the number of valid questions that the facet should have. It will be computed only those aspects that have at least three valid items;
- Scores of each domain are calculated through the simple arithmetic average of the facets scores that compound each area. In domains composed of up to five facets, this will be calculated only if the number of facets not calculated is not equal to or greater than two. In domains consisting of more than five facets, the domain will be calculated only if the number of facets not calculated is not equal to or greater than three. In the case of facets in reversed scale (all questions within the facet have reversed response scale), there will be an inversion of that facet to proceed the calculation;
- Scores of domains and facets are converted to a scale from 0 to 100;

- Total number of items answered by each respondent is counted. In the calculation are computed only those respondents who completed at least 80 items correctly (80% of the instrument items).

The WHOQOL-100 results are expressed in two scales, a variant scale between 4 and 20 points, due to the fact that the facets scores calculation is achieved by multiplying the average of questions that constitute each facet by four. Once each domain is calculated by the simple arithmetic average of facets that compound it. The results are expressed on the same scale of facets. The results are also expressed on a scale from 0 to 100.

2.4 Questions and facets response scale conversion

The conversion of questions is used in order to standardize all the answers of the instrument, so that the most positive response is 5. Therefore, the most negative response must be 1. Thus, all questions of each facet are converted to the same scale, where the gradual increase in response is equivalent in the same proportion to the increase in the result of the facet.

In cases where all four questions that constitute a facet are arranged in inverted scale, that same logic is used, but only in the domain calculation. That is, the result of these facets is expressed in the original scale: without inversion (the closer to 1, the more positive the result; the closer to 5, the more negative the result). However, when calculating the scores of areas where such facets are found, the score of the latter is converted.

For the conversion of the response scale of questions, the minimum value of the inverted scale question should be replaced by the maximum value of the normal scale question, and the maximum value of the inverted scale question should be replaced by a

minimum value of the normal scale question. The same should occur with intermediate values, following this same logic. Thus, the only value that remains unchanged is the central value, which will remain the same in both normal and inverted scales.

It is necessary to be attentive to this fact, because when comparing the results between the facets, the score of a facet with inverted scale can not be directly compared to the score of a facet with normal scale. The answers 1, 2, 3, 4 and 5 are to take the values 5, 4, 3, 2 and 1, respectively. The same procedure is used in the conversion of inverted facets, where the scores 4, 8, 12, 16 and 20 are to take the values 20, 16, 12, 8 and 4, respectively. Intermediate values are converted in the same proportion.

2.5 WHOQOL-100 questions, domains and facets

The WHOQOL-100 is sectioned into 24 groups of four questions each, receiving the name of “facets”. The group of facets constitutes a “domain”. Unlike the composition of facets, the six WHOQOL-100 domains are not constituted by the same number of facets, and may vary from one to eight.

The questions that compound WHOQOL-100 are not arranged in the questionnaire in a logical sequence by domain or facet. They are grouped by type of answer scale. The distribution of WHOQOL-100 facets and areas are listed in Table 2:

TABLE 2 Domains and facets of WHOQOL-100

DOMAINS	FACETS
Domain I – Physical	1. Pain and discomfort
	2. Energy e fatigue
	3. Sleep and rest
Domain II – Psychological	4. Positive feelings
	5. Thinking, learning, memory and concentration
	6. Self-esteem
	7. Bodily image and appearance
Domain III – Level of	8. Negative feelings
	9. Mobility

Independence	10. Activities of daily living
	11. Dependence on medication or treatments
	12. Work capacity
Domain IV – Social Relationships	13. Personal relationships
	14. Social support
	15. Sexual activity
Domain V – Environment	16. Physical safety and security
	17. Home environment
	18. Financial resources
	19. Health and social care: accessibility and quality
	20. Opportunities for acquiring new information and skills
	21. Participation in and opportunities for recreation/leisure activities
	22. Physical environment (pollution/noise/traffic/climate)
23. Transport	
Domain VI – Spiritual/Religion/Personal Beliefs	24. Spiritual/Religion/Personal Beliefs

Source: The WHOQOL Group (The WHOQOL Group, 1998a)

WHOQOL-100 has a facet that is not included in any domain, the facet Overall Quality of Life and General Health Perceptions (The WHOQOL Group, 1998b). This aspect deals with a self-assessment of quality of life, where the respondents express their point of view concerning their satisfaction with their lives, health and quality of life.

3. Other WHOQOL instruments

3.1 WHOQOL-bref

Aiming to provide a tool that demand less time to its filling out, and with satisfactory psychometric characteristics, the WHOQOL Group developed the abbreviated version WHOQOL-100, the WHOQOL-bref (The WHOQOL Group, 1996).

The WHOQOL-bref is composed of 26 questions - two questions on self-assessment of quality of life and 24 issues representing each facet of WHOQOL-100. To compound the questions of WHOQOL-bref, it was selected the question of each facet that

present the highest correlation with the average score of all facets (The WHOQOL Group, 1998c).

After the selection of issues, an analysis was conducted to see if they, factually, represented the corresponding facets.

In six facets, the question selected was replaced by another question of the corresponding facet, for, under the bias of experts, there was another question that could best define these six facets (The WHOQOL Group, 1998c).

The facets belonging to the domain Level of Independence were incorporated into the Physical domain and the domain facet belonging to the Spiritual / Religion / Personal Beliefs was incorporated into the Psychological field. Thus, the WHOQOL-bref is composed of four domains: Physical, Psychological, Social Relationships and Environment, completing the configuration expressed in Table 3:

TABLE 3 Domains and facets of WHOQOL-bref

DOMAINS	FACETS
Domain I – Physical	1. Pain and discomfort
	2. Energy e fatigue
	3. Sleep and rest
	4. Mobility
	5. Activities of daily living
	6. Dependence on medication or treatments
	7. Work capacity
Domain II – Psychological	8. Positive feelings
	9. Thinking, learning, memory and concentration
	10. Self-esteem
	11. Bodily image and appearance
	12. Negative feelings
	13. Spiritual/Religion/Personal Beliefs
Domain III – Social Relationships	14. Personal relationships
	15. Social support
	16. Sexual activity
Domain IV – Environment	17. Physical safety and security
	18. Home environment
	19. Financial resources
	20. Health and social care: accessibility and quality
	21. Opportunities for acquiring new information and skills

	22. Participation in and opportunities for recreation/ leisure activities
	23. Physical environment (pollution/noise/traffic/climate)
	24. Transport

Source: The WHOQOL Group (1998c)

The calculation of scores of WHOQOL-bref follows the same logic of WHOQOL-100, except for the calculation of scores of facets. In WHOQOL-bref each facet is represented by a single question, and therefore the scores of facets are not calculated (The WHOQOL Group, 1996).

3.2 WHOQO-HIV and WHOQOL-HIV-bref

Aiming to create a tool for assessing the quality of life directed to people living with HIV, researchers from the Joint United Nations Program on HIV / AIDS (UNAIDS) and WHO carried out studies in people with HIV in nine different countries. The result of this study was the instrument WHOQOL-HIV, an additional module specifically designed for people with HIV or AIDS (WHO Field Centre for the Study of Quality of Life of Bath, 2008).

WHOQOL-HIV evaluates the quality of life from six domains and 29 facets. The domains and facets are the same as in WHOQOL-100, with the addition of five specific facets for people living with HIV. The facet of WHOQOL-100 that evaluates the quality of life from the perspective of the assessed person, not included in any domain, remains in WHOQOL-HIV.

The specific facets for people with HIV, as well as the facets from WHOQOL-100, are composed of four questions (O'Connell et al., 2004). In face of this description, the

additional facets of WHOQOL-HIV will be included in the domains already existent in WHOQOL-100, featuring the following configuration (Table 4):

TABLE 4 Domains and facets exclusive of WHOQOL-HIV

DOMAINS	FACETS
Domain I – Physical	50. Symptoms of PLWHA
Domain IV – Social Relationships	51. Social Inclusion
Domain VI – Spiritual/Religion/Personal Beliefs	52. Forgiveness and Blame
	53. Concerns about the Future
	54. Death and Dying

Source: Adapted from O'Connell et al. (2004)

The calculation of WHOQOL-HIV results is similar to the method used in WHOQOL-100. However, some criteria used in WHOQOL-100 were not inherited by WHOQOL-HIV. The results of the WHOQOL-HIV are presented as follows:

- Verification of all questions completed with values between 1 and 5;
- Reversal of all the questions whose answers scale is inverted. Concerning the facets in inverted scale, all the questions pertaining to these facets are individually inverted;
- Scores of facets are calculated from the sum of the four questions of each facet, followed by a division by four, being represented in a scale of 1 to 5;
- Scores of domains are calculated by the sum of the scores of "n" facets that compound each area, divided by the number of the domain facets. The result is multiplied by four, being represented in a scale of 4 a 20;

Under the same reason for the development of WHOQOL-bref, the WHOQOL Group developed an abbreviated version of WHOQOL-HIV. The WHOQOL-HIV-bref is based on WHOQOL-bref, in a way each facet is represented by one single question. The 26 questions of WHOQOL-bref are repeated in WHOQOL-HIV-bref, being added to these

five questions that represent the additional facets of WHOQOL-HIV (The WHOQOL-HIV Group, 2002). Contrary to what occurs in WHOQOL-bref, the facets belonging to the domains Level of Independence and Spiritual / Religion / Personal Beliefs are not incorporated to the Physical and Psychological domains, having, therefore, the same configuration of the domains of WHOQOL-HIV. The calculation of scores of WHOQOL-HIV-bref follows the same logic present in WHOQOL-bref.

3.3 WHOQOL-OLD

In order to adapt the WHOQOL for application with elderly, the WHOQOL Group developed an additional module to instruments WHOQOL-100 and WHOQOL-Focus, called WHOQOL-OLD. Unlike the WHOQOL-HIV, WHOQOL-OLD does not supplement WHOQOL-100 or WHOQOL-bref. WHOQOL-OLD is an additional module, but it must be applied in conjunction with WHOQOL-100 or WHOQOL-bref (Power et al., 2005). WHOQOL-OLD is composed of 24 questions sectioned into six facets: Sensory abilities; Autonomy; Past, present and future activities; Social participation; Death and dying; Intimacy.

The calculation of scores of WHOQOL-OLD has some peculiarities regarding other WHOQOL instruments and it is calculated from the following logic:

- Verification of all the questions completed with values between 1 and 5;
- Reversal of the questions whose response scale is inverted. In the case of facets in inverted scale, all questions pertaining to these facets are reversed individually;
- Scores of facets are calculated in three different ways. The raw score is calculated from the sum of all questions pertaining to each of these facets, returning a result

ranging between 4 and 20. The standardized score is calculated by dividing the raw score of the facet by the number of questions of the facet (four), returning a result ranging between 1 and 5. The score transformed is calculated from the conversion of raw scores to a scale of 0 to 100;

- Total score of WHOQOL-OLD is calculated, also, in three ways. Through the sum of the 24 questions of the instrument is obtained the raw score, ranging between 24 and 120. The division of gross score by the number of questions of the instrument (24) represents the standardized score, ranging between 1 and 5. The conversion of raw score into a scale of 0 to 100 represents the score transformed.

3.4 WHOQOL SRPB

The progeny of WHOQOL-SRPB study occurred when it was realized that the spiritual aspects, religion and personal beliefs were of major importance in assessing the quality of life around the world. According to Fleck and Skevington (Fleck & Skevington, 2007), the WHOQOL-SRPB is a transcultural study to develop a measure to assess how spirituality, religion and personal beliefs (SRPB) are related to the quality of life (QOL) concerning health and health care. In studies subsequently to the development of WHOQOL-100 and WHOQOL-bref, it was confirmed that the domain Spiritual / Religion / Personal Beliefs in these instruments was conceptually and empirically inadequate. In face of this weakness, the WHOQOL Group guided the development of a study to assess the way in which the domain under consideration is related to quality of life (The WHOQOL-SRPB Group, 2006).

The WHOQOL-SRPB is not an instrument for assessing the spirituality, but an instrument that widely contemplates the construct Spiritual / Religion / Personal Beliefs, briefly represented in WHOQOL-100 and WHOQOL-bref (The WHOQOL-SRPB Group, 2006).

In this perspective, the WHOQOL-SRPB supplements the WHOQOL-100 with eight additional facets to the domain Spiritual / Religion / Personal Beliefs. The other domains of WHOQOL-100 remain unchanged. The additional facets of WHOQOL-SRPB are: Spiritual Connection; Meaning and Purpose In Life; Experiences of Awe and Wonder; Wholeness and Integration; Spiritual Strength; Inner Peace; Hope & Optimism; Faith.

The calculation of domain scores and facets of WHOQOL-SRPB follows the same logic as in WHOQOL-HIV, so that the scores of facets are presented on a scale from 1 to 5, and domain scores are presented on a scale from 4 to 20 (The WHOQOL-SRPB Group, 2005).

4. Tools construction procedures

In the perspective of making the proposed tools possible of reproduction and enabling that the same logic be adaptable to other instruments, the syntax used in the construction is made available. Each code line is followed by a brief explanation on the logic employed in it. The code lines below refer to the tool for calculating the scores and descriptive statistics of WHOQOL-100. The other tools follow the same logic, respecting SPSS syntax, proposed by the WHOQOL Group, of each instrument.

a) Counting of unanswered questions:

=IF(COUNTBLANK(B3:CW3)=0;"";IF(COUNTBLANK(B3:CW3)=100;"";COUNTBLANK(B3:CW3)))

where B3 and CW3 represent, the first and the hundredth questions of the instrument, respectively. If the number of questions unanswered is null or equal to 100, the cell does not return any results. If there is any question unanswered, the number of questions not answered will be expressed.

b) Counting of questions answered incorrectly:

=IF(COUNTBLANK(B3:CW3)=100;"";IF(((COUNTIF(B3:CW3;">5"))+(COUNTIF(B3:BW3;"<1"))+(COUNTIF(B3:CW3;"*"))))=0;"";(COUNTIF(B3:CW3;">5"))+(COUNTIF(B3:BW3;"<1"))+(COUNTIF(B3:CW3;"*"))))

where verification of any question was answered with a numerical value not located in the interval between 1 and 5, or answered with a non-numeric value. The number of questions not answered must always be null. If any irregularity is confirmed, the researcher must correct it.

c) Criteria for respondent discarding:

=IF(AND(COUNTBLANK(B3:CW3)>20;COUNTBLANK(B3:CW3)<=99);"EXCLUDE_RESPONDENT";IF(COUNTBLANK(B3:CW3)=100;"";IF(EI3="";"EXCLUDE_RESPONDENT";""))))

where the researcher is instructed to exclude the respondent if the number of questions not answered is over 20, or if two or more domains could not be calculated. If it is confirmed that the respondent should, effectively, be removed from the sample, the cell returns the message "remove respondent".

d) Calculation of facets scores:

=IF(((COUNTIF(B3;"<1")+COUNTIF(B3;">5")+COUNTBLANK(B3))+(COUNTIF(C3;"<1")+COUNTIF(C3;">5")+COUNTBLANK(C3))+(COUNTIF(D3;"<1")+COUNTIF(D3;">5")+COUNTBLANK(D3))+(COUNTIF(CI3;"<1")+COUNTIF(CI3;">5")+COUNTBLANK(CI3)))>=2;"";(AVERAGE(B3;C3;D3;CI3))*4)

where B3, C3, D3 and CI3 represent the four questions pertaining to facet 1. The facet is calculated only if at least three of these four questions have been answered correctly.

e) Scores Calculation of facets composed of questions with response scale reversed:

=IF(((COUNTIF(E3;"<1")+COUNTIF(E3;">5")+COUNTBLANK(E3))+(COUNTIF(F3;"<1")+COUNTIF(F3;">5")+COUNTBLANK(F3))+(COUNTIF(AO3;"<1")+COUNTIF(AO3;">5")+COUNTBLANK(AO3))+(COUNTIF(BE3;"<1")+COUNTIF(BE3;">5")+COUNTBLANK(BE3)))>=2;"";(AVERAGE(IF(E3="";AVERAGE(6-F3;AO3;BE3);6-E3);IF(F3="";AVERAGE(6-E3;AO3;BE3);6-F3);AO3;BE3))*4)

where E3, F3, AO3 and BE3 represent the four questions pertaining to facet 2. The facet is calculated only if at least three of these four questions have been answered correctly. The questions which the response scale is reversed should be subtracted from six units. Following the logic exemplified in facet 1, in case any reversed question is not answered, a value 6 is assigned. To avoid this error, it should be specified that, if a reversed question is not answered, that question should be excluded from the facet calculation.

f) Calculation of domain score:

=IF(COUNTBLANK(DN3:DP3)>=2;"";IF(COUNTBLANK(B3:CW3)>=20;"";AVERAGE(DN3:DP3)))

where DN3 and DP3 represent the first and last facet belonging to the domain 4, respectively. The domain will be calculated only if the number of facets not calculated is

less than two (except in the area 5, where it is calculated only if the number of facets not calculated is less than three).

g) Calculation of domain scores composed by reversed facets:

=IF(COUNTBLANK(DB3:DD3)>=2;"";IF(COUNTBLANK(B3:CW3)>=20;"";AVERAGE(IF(DB3="";AVERAGE(DC3;DD3);24-DB3);DC3;DD3)))

where DB3, DC and DD3 represent the facets belonging to the domain 1. The field will be calculated only if the number of facets not calculated is less than two (except in the area 5, where it is calculated only if the number of facets not calculated is less than three). The reversed facets must be subtracted from 24 units, due to the same issue reported in the score calculation of facets composed of questions with reversed response scale.

h) Calculation of Quality of Life "Total" score:

=IF(COUNTBLANK(EB3:EG3)>=2;"";IF(AND(DB3="";DI3="";DL3="");AVERAGE(DC3:DH3;DJ3;DK3;DM3:DZ3);IF(AND(DB3="";DI3="");AVERAGE(DC3:DH3;DJ3;24-DL3;DK3;DM3:DZ3);IF(AND(DI3="";DL3="");AVERAGE(24-DB3;DC3:DH3;DJ3;DK3;DM3:DZ3);IF(AND(DB3="";DL3="");AVERAGE(DC3:DH3;DI3;24-DI3;DK3;DM3:DZ3);AVERAGE(IF(DB3="";AVERAGE(DC3:DH3;24-DI3;DJ3;DK3;24-DL3;DM3:DZ3);24-DB3);IF(DI3="";AVERAGE(24-DB3;DC3:DH3;DJ3;DK3;24-DL3;DM3:DZ3);24-DI3);IF(DL3="";AVERAGE(24-DB3;DC3:DH3;24-DI3;DJ3;DK3;DZ3);24-DL3);DC3:DH3;DJ3;DK3;DM3:DZ3))))))

where EB3 and EG3 represent respectively the domain 1 and domain 6 and DB, DC, DD, DE, DF, DG, DH, DI, DJ, DK, DL, DM, DN, DO, DP, DQ, DR, DS, DT, DU, DV, DW, DX, DY and DZ represent the 25 facets. The total score is calculated only if the number of areas not calculated is less than two. The reversed facets must be subtracted from 24 units.

i) Calculation of descriptive statistics of a variable (average, standard deviation, coefficient of variation, minimum, maximum and range):

=AVERAGE(Tabulação!B3:B1002)

=STDEV(Tabulação!B3:B1002)

=((STDEV(Tabulação!B3:B1002))/(AVERAGE(Tabulação!B3:B1002)))*100

=MIN(Tabulação!B3:B1002)

=MAX(Tabulação!B3:B1002)

=(MAX(Tabulação!B3:B1002))-(MIN(Tabulação!B3:B1002))

where B3 and B1002 represent the answer/score of a specific question, facet, domain or total of the first and last respondent, respectively.

The tools were built from the software Microsoft Excel 2003. They were also tested in versions 2000, XP and 2007. The results were the same in all versions.

To ensure the validity of the tools, two researchers in Production Engineering at an accredited university from Brazil tested their use. It was also sent to two graduate students in System Analysis and Development at the same university, in order to check the existence of any errors in syntax. The suggestions from the researchers were evaluated and, when relevant, respected. The errors identified were properly corrected.

5. Results

The tools proposed automatically performed all of the calculations proposed by the WHOQOL Group. The researchers who use them need only to fill in the answers given by the respondents in the specified cells. To calculate the facets score, the same criteria for exclusion of respondents proposed in the syntax of each instrument were used, with some

modifications that were established to facilitate the detection and correction of errors. The logic used to construct these tools was as follows:

- The cells in which answers are correct (answered with values situated in the range between 1 and 5) are represented by green-colored filling;
- If a respondent failed to meet a number of questions equal to or over 20% of the total number of questions in the instrument, the researcher will be instructed to exclude such a respondent. The number of questions not answered is reported to researchers and the questions not answered will be highlighted (white color of the filling);
- If any response has been filled with some value not listed among the range between 1 to 5, the number of invalid responses will be forwarded to the researcher and the invalid answers will be highlighted (red color of the filling);
- Questions of reversed scale are fully converted;
- The calculation of domain scores and facets follows the syntax proposed for each instrument, as described previously;
- If two or more domains are not calculated, the researcher is instructed to exclude the respondent from the sample;
- A "Total" score for the respondent is calculated. Such score consists of the simple arithmetic average of the scores of all facets of each instrument;
- The descriptive statistics of each question, facet, domain and "Total" is calculated. The figures presented in descriptive statistics are the mean, standard deviation, minimum, maximum, coefficient of variation and range;

- The average score of facets and domains are converted to a scale of 0 to 100, and are displayed graphically.

After the insertion of data, for using the results, researchers can copy the scores of each individual respondent, the results of descriptive statistics and graphics. However, the researchers cannot change these results. The only area that allows values insertion and editing is the tabulation area for the responses from respondents.

To validate the tool, simulations with data from real applications of each instrument WHOQOL were performed, comparing the results obtained using the tools proposed with those obtained with SPSS 12.0. The results returned from both software packages in all the instruments under investigation, were exactly the same, thereby ensuring the reliability of the tools under investigation.

Developed tools are available for downloads in English and Portuguese language on website: <http://www.brunopedroso.com.br/whoqol.html>.

6. Final considerations

WHOQOL instruments are the most widely used instruments for assessing the quality of life in the world. Despite being widely disseminated, the difficulty of interpreting its syntax and use of the SPSS software to calculate the results are limiting factors.

With the expectation of removing these limitations, this study transcribed textually the SPSS syntax, detailing all steps used to obtain the results of WHOQOL instruments. Tools from the software Microsoft Excel 2003 were also built to perform the calculation of scores and descriptive statistics of WHOQOL instruments.

The tools were tested in different versions of this software - 2000, XP and 2007. It was confirmed that they were compatible with all versions tested, with no differences in results. Another procedure adopted was to subject them to testing by researchers from an accredited university from Brazil. The results were similar to the syntax proposed by the WHO for the SPSS software.

In an attempt to make the tools reproducible and, looking ahead the possibility of the logic employed in the construction of the tools being applied to other instruments, parts of the developed syntax were released, which allow for its full development. The syntax is followed by a clarification of variables and the logic used in each line of code.

It concludes that was possible to make available tools, constructed in a globally accessible software, which allows to use WHOQOL instruments without requiring the use of SPSS.

References

- Fleck, M. P. A. (2008). Problemas conceituais em qualidade de vida. In Fleck M. P. A. et al. (Eds.). *A avaliação de qualidade de vida: guia para profissionais da saúde* (pp. 19-28). Porto Alegre: Artmed.
- Fleck, M. P. A. & Skevington, S. (2007). Explicando o significado do WHOQOL-SRPB. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34(Supl.1), 146-149.
- O'Connell, K.; Saxena S. & Skevington, S.M. for the WHOQOL-HIV Group. (2004) WHOQOL-HIV for quality of life assessment among people living with HIV and AIDS: results from a field test. *AIDS Care*, 16(7), 882-889.
- Power M. et al. (2005). Development of the WHOQOL-Old module. *Quality of Life Research*, 14(10), 2197-2214.

- Saxena, S.; O'Connell, K & Underwood, L. (2002). A Commentary: Cross-Cultural Quality-of-Life Assessment at the End of Life. *Gerontologist*, 42(Spec. 3), 81-85.
- The WHOQOL Group. (1995). The World Health Organization Quality Of Life assessment (WHOQOL): Position Paper From The World Health Organization. *Social Science & Medicine*, 41(10), 1403-1409.
- The WHOQOL Group. (1996). *WHOQOL-bref: introduction, administration, scoring and generic version of assessment*. Geneva.
- The WHOQOL Group. (1998a). The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. *Social Science & Medicine*, 46(12), 1569-1585.
- The WHOQOL Group. (1998b). *WHOQOL User Manual*. Geneva.
- The WHOQOL Group. (1998c). Development of the World Health Organization WHOQOL-BREF Quality of Life Assessment. *Psychological Medicine*, 28(3), 551-558.
- The WHOQOL-HIV Group. (2002). *WHOQOL-HIV Instrument Users Manual*. Geneva.
- The WHOQOL-SRPB Group. (2005). *WHOQOL-SRPB Users Manual*. Geneva.
- The WHOQOL-SRPB Group. (2006). A cross-cultural study of spirituality, religion, and personal beliefs as components of quality of life. *Social Science & Medicine*, 62(6), 1486-1497.
- WHO Field Centre for the Study of Quality of Life of Bath. (2008). *About the WHO Field Centre for the Study of Quality of Life*. Retrieved on September 20, 2008 from: <http://www.bath.ac.uk/whoqol/about.cfm>.

**NECESIDAD DE UN SISTEMA PROVISORIO PARA LA
PROFESIONALIZACIÓN DEL ENTRENADOR DEPORTIVO EXPERTO**

Luwi Guzmán Córdova

luwigc@hotmail.com

Jorge Ramírez Torrealba (Ph. D.)

jrtagua@hotmail.com

Universidad Pedagógica Experimental Libertador - Venezuela

Resumen

El presente trabajo tiene como propósito fundamental discutir acerca de la necesidad de un sistema provisorio para la profesionalización del entrenador con alta y amplia experiencia en el deporte de alto rendimiento, en atención a la necesidad de complementación teórica y a las políticas de inclusión social del Estado venezolano. Los estudios acerca del tema en cuestión, aparte de presentarse como resultados parciales, se posan sobre las bases combinadas de la investigación documental y la experiencia de los autores como deportistas, docentes e investigadores científicos. Hasta ahora se ha podido llegar a las siguientes conclusiones parciales: Para alcanzar óptimos niveles de desarrollo en la esfera del deporte, es imprescindible disponer de una sólida y coherente concepción científico – académica del mismo; Existe una deuda social con un gran número de entrenadores deportivos, quienes durante largos años han dedicado su vida al progreso del deporte nacional y no alcanzaron obtener un nivel académico universitario que les permitiera garantizar una mejor calidad de vida. Se aspira, en primer lugar, que los resultados constituyan un aporte para mejorar el nivel profesional de entrenadores deportivos con amplia experiencia motriz y laboral, pero carentes de conocimientos científicos que les permitan justificar y fundamentar teóricamente los problemas prácticos que afrontan diariamente; por consiguiente, que contribuyan a impulsar un lógico, racional y ordenado desarrollo y perfeccionamiento técnico-científico del deporte nacional.

Palabras Claves: Entrenador Deportivo, Inclusión Social, Profesionalización, Formación Permanente.

**A PROVISORY SYSTEM TO PROFESSIONALIZE THE EXPERT SPORTS
COACH**

The present study has the basic purpose of making and proposing a provisory system to professionalize coaches with a broad experience within high performance sports due to the needs of Venezuelan state's social inclusion policies that require a theoretical complement to the coaches' experience in high performance sports. The studies about this subject, while being presented as partial results, are built on the combined foundations of documentary research and on the experience of the authors themselves as athletes, teachers and scientific researchers. So far, the following partial conclusions have been obtained: To reach an

optimum level of development within sports it is indispensable to have a solid and coherent academic and scientific conception of it. There is a social debt to a great number of coaches who have dedicated their lives to the progress of national sports for very long years and could not reach an academic level that could guarantee them a better quality of life. The expectations are, firstly, that the results are a contribution to improve the professional level of sports coaches with both a broad practical and work experience and who, at the same time, are lacking scientific knowledge to justify and theoretically ground the practical problems they meet every day, so that they contribute to push for a logical, rational and ordered development and a technical and scientific improvement of national sports.

Keywords: Coach, Social Inclusion, Professionalization, Permanent Training.

INTRODUCCIÓN

La sociedad venezolana al igual que todas las sociedades del mundo, durante su complejo proceso de evolución y desarrollo no ha dejado de reflexionar sobre los problemas e inverosímiles modificaciones que de manera constante le ha venido presentando el medio circundante. Como dato curioso, la actividad física y el deporte siempre han sido eternos acompañantes y han mostrado una creciente importancia en cada una de las etapas de ese complejo y dinámico proceso de transformación.

Como consecuencia de la creciente importancia de la actividad física y el deporte en la sociedad, los científicos sociales han profundizado cada vez más en el estudio de sus manifestaciones. Al respecto, Ramírez (1999) señala que la actividad física es considerada “como el elemento activo formador de la cultura física del ser humano, como elemento supremo del sistema de educación social y auto-educación de la personalidad” (p.15). En cuanto al deporte, el mismo autor señala que es “una actividad netamente competitiva y un fenómeno social multifuncional” (p.35). Por estas razones ambos son elementos generadores de bienestar bio-psico-social, ya que la práctica racional y sistemática de estas actividades se refleja en: educación y desarrollo de las cualidades físicas, incremento de la correlación consciente de la actividad física e intelectual (educación); menos enfermedades, descongestionamiento hospitalario, menos gastos, alta capacidad laboral; sana ocupación del tiempo libre, menos delincuencia y salud espiritual (seguridad).

No obstante, todas las bondades que ofrecen la actividad física y el deporte no logran ser efectivas si no son asimiladas como política de Estado, brindándole la importancia correspondiente. Indefectiblemente que el objetivo principal de esta política, al presentarse desde una perspectiva social, sería la de aumentar el número de practicantes en

la población general, esencialmente aquellos grupos tradicionalmente desatendidos o alejados de dichos hábitos, representados por la población sedentaria o inactiva, y de igual manera por aquellos grupos menos favorecidos social y económicamente.

Sin embargo, también es imprescindible la correcta formación de un suficiente y eficiente recurso humano capacitado para tales fines. Al respecto, Wriedt (1995), señala que “la formación de entrenadores implica la construcción de un espacio de conocimiento sistemático donde confluyen la teoría y la metodología del entrenamiento y el conocimiento de diversas disciplinas científicas, como la medicina, la kinesiología, psicología, sociología didáctica y filosofía”. (p.2). En este recurso humano recae una gran responsabilidad; por esta razón debe ser capaz de comprender que la práctica deportiva, a la vez de ser una actividad física, se diferencia de ésta por una serie de características específicas que determinan a su vez la complejidad de su enseñanza.

Entre los muchos e infinitos factores que determinan el nivel de desarrollo de la Actividad Física y el Deporte de un Estado se encuentran los variados ambientes naturales y de infraestructura, los materiales didácticos y técnicos-deportivos, el progreso técnico-científico, la aplicación de sistemas nacionales para la actividad física y la salud, los sistemas de selección y preparación deportiva y en general la formación de un recurso humano donde se consideren todos los aspectos pedagógicos, médico-biológicos y psicosociales que la actividad física y el deporte demandan.

En este sentido, en Venezuela a pesar de los grandes esfuerzos que se han realizado durante los últimos años en materia de actividad física y deporte, aún existen múltiples deficiencias, en cuanto a estos factores determinantes, las cuales se describen a continuación:

- Bajo la luz del progreso técnico-científico, la automatización de la producción y el *modus vivendis*, se ha generado un cambio de las condiciones de vida que, contrariamente a lo deseado, se convierte cada vez más en sedentarismo crónico y aguda contaminación del ecosistema, trayendo consigo no sólo el incremento en la población de muchas enfermedades, sino el “rejuvenecimiento” o temprana aparición de las mismas.
- Bajo nivel de cultura física y deportiva, producto, hasta la fecha, de la falta de programas bien concebidos por parte de los organismos públicos y privados competentes: Salud, Educación, Seguridad, Clubes, Asociaciones e Instituciones Deportivas.
- Poca valoración de los beneficios de la actividad física en el desarrollo físico e intelectual del ciudadano.
- Escasa existencia de universidades que preparen y egresen licenciados especialistas no sólo en los múltiples y diversos tipos de deporte, sino en otras áreas como organización deportiva en todos sus niveles (actos masivos, mega-eventos deportivos, técnico-administrativos, etc). Sólo ahora, en este decenio, aparecieron en Venezuela unas pocas (UNEY y la Universidad Deportiva del Sur), universidades que preparan y egresan licenciados especialistas, pero no en todos los múltiples y diversos tipos de deporte y especialidades. A nivel de técnico superior existe tal tipo de preparación técnico-deportiva en el Tecnológico Cecilio Acosta de los Teques, en la UNEXPO en Barquisimeto y a través de la UNELLEZ en Barinas y Tinaquillo. No obstante, el arduo trabajo formativo de las mencionadas instituciones educativas -al parecer- no alcanzan cubrir ni la cantidad, ni la calidad

de las necesidades reales, ni del nivel requerido por nuestro país (selecciones nacionales de distintas categorías y sexos) y sus Estados componentes (23 Estados, un Distrito Capital, 335 municipios por más de 70 tipos de actividades físico-deportivas con 4-5 distintos niveles evolutivos de la edad).

- Los diseños curriculares, determinantes del perfil de egresados de las Universidades Pedagógico Experimental Libertador, del Zulia , de los Andes y de Carabobo, están orientados predominantemente hacia la educación física y la aplicabilidad de ésta en los programas de estudios que estipula el sistema educativo para la Educación Básica, Media, Diversificada y Profesional. Estas universidades también hacen intentos en egresar profesionales especializados en deportes, al incluir en su diseño asignaturas de especialización y/o profundización sólo en dos niveles y para algunos casos aislados, ya que no son sino para una ínfima cantidad de tipos de deporte.
- Existe una deuda social con un gran número de entrenadores deportivos, quienes durante largos años han dedicado su vida al progreso del deporte nacional y no alcanzaron obtener un nivel académico universitario que les permitiera garantizar una mejor calidad de vida.
- Lamentablemente, en Venezuela no se preparan especialistas en una gran cantidad de tipos de deporte (esgrima, boxeo, lucha, kárate do, tae kwon do, nado sincronizado, clavados, judo, piragüismo, fútbol, etc.), de suma importancia para el país desde el enfoque Olímpico; en turismo y recreación; en organización técnica de mega eventos deportivos, de actos masivos, de estructura funcional para el trabajo técnico-administrativo para los niveles público-gubernamental (Escolar, Parroquial, Municipal, Estatal, Nacional) y privado (Clubes, Ligas, Asociaciones,

Federaciones, etc.); no se preparan especialistas en teoría y metodología del entrenamiento deportivo; en procedimientos reconstituyentes y de recuperación, basados en estudios biomédicos; y lo más delicado, no se preparan especialistas en el trabajo con niños para efectos del deporte menor.

Aquí -o en cualquier otro lado- se pudiera hablar de la poca e insuficiente oferta (cantidad de egresado -por ejemplo- del año 2007-2008 de todas las universidades y tecnológicos) y la altísima demanda, posada sobre la necesidad existente y, por último, hacer ver la irrisoria cantidad de egresados.

Por lo visto, no sólo existe un significativo déficit de especialistas altamente calificados en actividad físico-corporal y deporte, sino que los pocos existentes deben apelar por sus experiencias didácticas propias y/o motrices para conducir el destino del país en materia deportiva. En consecuencia, se pudiera decir que la actividad físico-corporal y el deporte en general son conducidos por entusiastas.

Como se puede observar, las múltiples y severas deficiencias arriba descritas se convierten en necesidades sujetas a solución y, al mismo tiempo, en un poderoso estímulo y en una fundamentada justificación para la creación de un ***Sistema Provisorio de Profesionalización para el Entrenador Deportivo Experto***, orientado a frenar por una parte el caótico y epiléptico desarrollo espontáneo y, por la otra, impulsar un lógico, racional y ordenado desarrollo y perfeccionamiento técnico-científico del deporte nacional y estatal.

Las necesidades le imprimen importancia a los procesos de búsqueda de soluciones a las deficiencias o problemas que, en este caso, presenta la actividad física y el deporte en Venezuela, en cuanto a la preparación y formación de especialistas altamente calificados se refiere. Es por esto que crear un sistema provisorio de profesionalización para el entrenador

deportivo experto se convierte en pertinente sólo si las tantas deficiencias determinadas, que de hecho presenta la actividad físico-corporal y el deporte en Venezuela, son convertidas en necesidades sujetas a imperiosa solución y, al mismo tiempo, en estímulo de una justificada y efectiva creación del nombrado sistema.

Para esto, es necesario partir de la sola y pura importancia que tienen la Recreación, la Cultura Física, la Educación Física y el Deporte para con la sociedad en sí, independientemente del régimen socio-económico y político que le acompañe. Desde este punto de partida es que la actividad físico-corporal y el deporte de cualquier Nación o Estado no sólo exigen soluciones para su fomentación, desarrollo y perfeccionamiento, sino que justifican la cantidad y calidad necesaria de especialistas calificados, formados sobre las bases de los principios pedagógicos, medico-biológicos y psico-socio-culturales.

Proyección.

El Sistema Provisorio de Profesionalización para el Entrenador Deportivo Experto, se posaría sobre las bases de una especie de escuela de entrenadores deportivos de carácter provisoria, con la única misión de cubrir temporalmente (hasta que el país cuente con una considerable cantidad de egresados universitarios en esta área del conocimiento) las deficiencias arriba descritas y de terminar por explotar las reservas no utilizadas de la teoría científica vanguardista, por parte de los entrenadores de vasta experiencia práctica. Al mismo tiempo, la creación de esta Escuela tendría como propósitos:

- . Saldar la deuda social que tiene el país sin formar entrenadores, en la gran mayoría de disciplinas deportivas, por más de 30 años.
- . Llenar el vacío temporal que dejaría la creación y puesta en práctica de la Universidad Deportiva del Sur, en cuanto a los años por venir sin graduandos o promoción alguna.

-. Reivindicar a quienes hasta ahora, de una u otra forma, le han dado glorias a los Estados y al País, en cuanto a tesón, entusiasmo y alta responsabilidad se refiere para con la sociedad que los rodea, como lo son los entrenadores entusiásticos.

Discusión.

Además de la incuestionable experiencia acumulada desde las acciones prácticas, una importante tendencia en la eficiencia y efectividad del proceso de formación de especialistas altamente calificados, en materia deportiva, es la asimilación y el robustecimiento de más y mejores conocimientos, por parte de los entrenadores deportivos, acerca de las bases teóricas, metodológicas y conceptuales del entrenamiento deportivo como la unidad estructural de todo el proceso de preparación. Esa misma insustituible experiencia práctica -con que cuentan los entrenadores entusiastas- muestra también sus lados débiles y marcadas deficiencias, cuando los finos e imperceptibles detalles que marcan grandes diferencias en el deporte de alta calificación exigen mejoras de marcas en unas aparentemente fáciles décimas de punto, centímetros, segundos e inclusive gramos. He aquí el sublime momento de incursión -por parte de los **conocimientos teórico/científicos**- como un importante **recurso complementario** a la cotidianidad de **la experiencia** dada por la práctica diaria que ejercen los entrenadores deportivos entusiastas.

El anterior planteamiento, el cual muestra la necesidad de complementación de la práctica con conocimientos teóricos, no sólo justifica el hecho de embarcarse en un riguroso estudio científico del tema en cuestión, sino que lo convierte en un importante caso tanto para su ampliación, como para su aplicación en la cotidianidad deportiva de los entrenadores con amplio y profundo bagaje práctico. Por eso, uno de los propósitos de este

trabajo científico es redimensionar y reimpulsar la capacidad de los entrenadores, con vasta experiencia, hacia el hecho de resolver correctamente los problemas de la alta competición deportiva, conjugando todos los elementos del sistema de entrenamiento, sin obviar la interrelación orgánica de la práctica con la teoría y viceversa.

Es así como adquiere especial significado el hecho de profesionalizar -por la vía del principio de la complementariedad- a los entrenadores con amplia experiencia práctica, pero con poca o ninguna formación teórica.

Propuesta.

Sí del fondo de conocimientos que ostenta el entrenador deportivo y de la forma como éste los emplea mucho depende el alcance de altos resultados deportivos, entonces la proposición, asimilación y correspondiente aplicación de los conocimientos que en este trabajo (sistema de profesionalización) se ofrecen son tan válidos como de gran importancia. De aquí que en este periodo histórico, por el cual atraviesa el desarrollo del deporte nacional venezolano, especial significado adquieran los problemas de formación, capacitación, complementación teórica, actualización y mejoramiento profesional de los entrenadores deportivos.

Otro de los puntos importantes de este trabajo científico, se le atribuye al hecho de que en el contenido y el proceso de desarrollo del sistema (Diseño curricular, plan de estudio, áreas de formación y áreas de conocimiento, programas didácticos, entre otros elementos propuesto por los autores) se hará efectiva no sólo la transmisión de nuevos conocimientos y el robustecimiento de otros sabidos por todos, sino por la presentación de materiales por

asimilar que reflejan “contradicciones”, en torno a la gran gama de los conocimientos hasta ahora acumulados por los especialistas de diferentes directrices y escuelas.

Los autores de este trabajo esperamos que las hipótesis e ideas aquí propuestas, las tesis y posiciones asumidas y las conclusiones y recomendaciones que de aquí surjan -al concluir dicho trabajo- contribuyan con el desarrollo del pensamiento científico y crítico de los entrenadores deportivos en sus encomiables labores prácticas.

Referencias

Ramírez, J. (1999). *Conceptos. Educación Física, Deporte. Recreación.* Editorial Episteme. Caracas.

Wriedt, K. (1995). *La Reformulación Académica del Entrenador.* Universidad Nacional Autónoma de México. Perfiles Educativos. [Citado el 10 de abril de 2010]. Documento en Línea disponible en [<http://www.unam.mx>].