

ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE: CIENCIA Y PROFESIÓN

nº 19, II semestre de 2013

*Revista del Il·lustre Col·legi Oficial de Llicenciats en Educació Física
i en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport de la Comunitat Valenciana*



I.S.S.N.: 1578-2484

Depósito Legal: V-2941-2001

Tirada: 600 ejemplares

Periodicidad: Semestral (Enero - Junio)

**Revista arbitrada e
indizada y registrada en:** Catálogo Latindex
ISOC (CINDOC)
DICE
Dialnet
IN-RECS
SportDoc
Index Copernicus
MIAR

Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión es una publicación plural y abierta y no se hace responsable de las opiniones expresadas por sus colaboradores.

Reservados todos los derechos. Ninguna parte de este libro puede ser reproducida en cualquier forma o por cualquier medio, electrónico o mecánico, incluyendo fotocopiadoras, grabadoras sonoras, etc..., sin el permiso escrito del editor.



Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión

nº 19, II semestre de 2013

**Revista Semestral
(Enero-Junio)**

Edita: Il·lustre Col·legi Oficial de Llicenciats en Educació Física i en Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport de la Comunitat Valenciana.

Director de la Revista: Dr. Gustavo Martínez Serrano (Col. 11.739)

Director del Consejo Editorial: Pablo Gómez Rubio (Col. 53.241)

Miembros del Consejo Editorial:
Alejandro Lucio López (Col. 55.063)
Eduardo Mata Varea (Col. 10.946)
Jorge Lizandra Mora (Col. 52.015)
José Luís Herreros Saiz (Col. 9.201)
Nuño Jiménez Walter (Col. 7.761)
Rafael Durán Torralba (Precol. 366)
Silvia Hernández Alonso (Col. 54.228)
Vicente Miñana Signes (Col. 11.923)
Vicente Montañana Olaso (Col. 54.363)
Xavier Tomàs Esmel (Col. 8.843)

Director del Comité Científico: Dr. Francisco Orts Delgado (Col. 10.777)

Área Dirección y Gestión Deportiva

Dr. Vicente Añó Sanz, Universidad de Valencia (Col. 3.232)
Dr. Ferran Calabuig Moreno, Universidad de Valencia (Col. 7.580)
Dr. Pepe Crespo Hervás, Universidad de Valencia (Col. 11.678)
Dr. Juan A. Mestre Sancho, Universidad Católica de Valencia (Col. 2.454)
Dr. Antonio Campos Izquierdo, Universidad Politécnica de Madrid (Col.8785)

Área de Educación Física

Dr. Pere Molina Alventosa, Universidad de Valencia (Col. 52.348)
Dr. Vladimir Essau Martínez Bello, Universidad de Valencia (Col. 54.431)
Dr. Manuel Monfort Pañego, Universidad de Valencia (Col. 5.972)
Dr. Carlos Pérez Campos, Universidad Católica de Valencia (Col. 54.460)
Dr. Jorge Juan Viaño Santasmarinas, Universidad de Vigo (Col. 8.706)
Dra. M^a Dolores González Rivera, Universidad de Alcalá (Col. 9.436)

Área de Rendimiento Deportivo

Dr. José Fco. Campos Granell, Universidad de Valencia (Col. 3.217)
Dra. Cristina Blasco Lafarga, Universidad de Valencia (Col. 53.607)
Dr. Carlos Pablos Abella, Universidad Católica de Valencia (Col. 54.478)
Dr. Roberto Cejuela Anta, Universidad de Alicante (Col. 54.393)
Dr. Rafael Martín Acero, Universidad de La Coruña (Col. 10780)

Área de Ejercicio Físico y Salud

Dr. Juan Carlos Colado Sánchez, Universidad de Valencia (Col. 11.210)
Dr. Javier Molina García, Universidad de Valencia (Col. 12.344)
Dr. Xavier García Masso, Universidad de Valencia (Col. 54.772)
Dr. Julio Martín Ruiz, Universidad Católica de Valencia (Col. 11.481)
Dr. Juan Tortosa Martínez, Universidad de Alicante (Col. 53.601)
Dr. Vicente Beltrán Carrillo, Universidad Miguel Hernández de Elche (Col. 11.034)

Área de Deporte Recreativo

Dra. Ana Pablos Monzó, Universidad Católica de Valencia (Col. 9.173)
Dr. Eduardo Segarra Vicéns, Universidad Católica San Antonio de Murcia (Col. 8.508)



Impresión: Llorens, Servicios Gráficos. www.imprenta-llorens.es.

Redacción, administración y

distribución: Ilustre Colegio Oficial de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Comunitat Valenciana. Calle Paseo el Rajolar, 5 acc. 46100 BURJASSOT (Valencia). Telf. 96.363.62.19 - Fax.: 96.364.32.70
info@colefcafecv.com

EDITORIAL

Por Xavier Tomàs Esmel (Presidente)	11
---	----

ARTÍCULOS

SITUACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LAS INSTALACIONES TURÍSTICAS, RESIDENCIALES Y NATURALES EN ESPAÑA Gustavo Martínez Serrano, M ^a Dolores González Rivera, Jorge Juan Viaño Santasmarinas....	15
SITUACIÓN ACTUAL DE LA GESTIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS EN LA COMUNIDAD VALENCIANA DESDE UNA PERSPECTIVA CUALITATIVA Eduardo Mata Varea, Juan Antonio Mestre Sancho, Carlos Pablos Abella, Cristina F. Guijarro García.....	27
OBESIDAD Y EJERCICIO FÍSICO EN EL MEDIO ACUÁTICO Sebastien Borreani.....	41
LA SALUD COMO EJE VERTEBRADOR DE LA PROGRAMACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA Julián Calero Belda	51
FORMACIÓN ACADÉMICA Y SITUACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE EN EL REINO UNIDO Beatriz Bernabé Mahamud, Estefanía Castro Hernández, Tania Alegre Daza	67

OPINIÓN

ME MUEVO, LUEGO EXISTO Rafael Martín Acero, Miguel Fernández del Olmo.....	77
---	----

BOLETIN DE INFORMACIÓN COLEGIAL

Memoria de los actos y acontecimientos más importantes.....	79
---	----

NORMAS PARA LAS COLABORACIONES

Normas de presentación de originales.....	93
---	----

¿QUÉ ES EL COLEFCCAFCV?

Información COLEFCCAFCV de la Comunidad Valenciana.....	97
Servicios que ofrece el COLEFCCAFCV / Servicios convenidos	98



EDITORIAL



EDITORIAL

Es difícil para mí, en estos momentos, poder escribir estas palabras para transmitir mis sentimientos hacia lo que ha sido una parte muy importante de mi vida en estos últimos años. Porque no han sido solo 7 años como presidente, sino los que he estado implicado en este proyecto desde mucho antes, cuando fui secretario, vocal, simplemente colegiado y colaborador voluntario en diferentes comisiones... representante de estudiantes del ADR en el IVEF y en la CESCAFIDE (Coordinadora de Asociaciones de Estudiantes de FCAFE estatal)... No obstante, no dejo el COLEF, no podría. Pero es el momento de dar paso a gente nueva, con muchas ganas de trabajar, a una Junta nueva y a un presidente nuevo. Si este proceso electoral, acaba como se prevé, solamente habrá una única candidatura como viene siendo habitual y el presidente será, cuando leáis esta editorial, mi compañero y amigo Vicente Miñana, y yo seguiré colaborando con esta nueva Junta, como vicepresidente, al igual que hizo con nosotros, nuestro apreciado José Miguel Montesinos, quien ahora disfruta de su vida como jubilado.

Seguiré al lado de todos vosotros para tirar adelante este Colegio, que es nuestro Colegio, porque lo hacemos entre todos y por eso es de todos. Entre todos lo estamos haciendo fuerte y debemos seguir apoyándolo en estos tiempos tan difíciles. Porque somos mucho más fuertes, importantes, de lo que nos pensamos y, para seguir siéndolo y, sobre todo, para serlo aún mucho más, nos hace falta una cosa muy importante, CORPORATIVIDAD.

Creo que ahora es el momento de hacer un repaso a los que han sido estos 7 años, seré breve.

Siguiendo la línea de las anteriores Juntas presididas por Antonio Campos y por Montesinos, hemos seguido aumentando el

Es difícil per a mi, en estos moments, poder escriure aquestes paraules per transmetre els meus sentiments cap al que ha sigut una part molt important de la meua vida en els últims anys. I es que no han sigut només 7 anys com a president, sinó els que ja he estat implicat en aquest projecte des de molt abans quan vaig ser secretari, vocal, senzillament col·legiat i col·laborador voluntari en diferents comissions... representant d'estudiants a l'ADR del IVEF i a la CESCAFIDE (Coordinadora d'Associació d'Estudiants de CCAFE estatal)... No obstant no deixo el COLEF, no podria. Però és el moment de donar pas a gent nova, amb moltes ganes de treballar, a la Junta nova i a un president nou. Si aquest procés electoral, acaba com es preveu, sols hi haurà una única candidatura, com ve siguent habitual i el President serà quan llegiu aquesta editorial, el meu company i amic Vicente Miñana, i jo seguiré col·laborant amb esta nova Junta, com a Vicepresident, al igual que va fer amb nosaltres, el nostre apreciat José Miguel Montesinos, qui ara ja gaudeix de la seua vida com a jubilat.

Jo seguiré al costat de tots vosaltres per tirar avant aquest Col·legi, que és el nostre Co·legi, perquè el fem entre tots i per això és de tots. Entre tots l'estem fent fort i hem de seguir recolzant-lo en estos temps difícils. Perquè som molt més forts, importants, del que ens pensem i, per a seguir sent-ho i, fins i tot, per a ser-ho encara més, ens cal una cosa molt important, CORPORATIVITAT.

Pense que ara és el moment per fer un repàs al que han sigut aquestos 7 anys, seré breu.

Seguint la línia de les anteriors Juntes presidides per Antonio Campos i per Montesinos, hem anat pujant el número de col·legiats. Així, dels 430 que érem en novembre de 2006 ja hem arribat als 630 desembre de 2014 junt a 450 precol·legiats.



número de colegiados. Así desde los 430 que éramos en noviembre de 2006, ya hemos llegado a los 630 en diciembre de 2013 junto a 450 precolegiados. Hemos conseguido organizar las Jornadas profesionales y Asambleas Generales en Valencia, Castellón y Alicante, hemos participado todos los años en las reuniones del Pleno del Consejo General de COLEF's, organizando en Valencia el Pleno de 2012. Hemos seguido marcándonos como principal objetivo el conseguir una Regulación profesional, perseguir el intrusismo y la competencia desleal, manteniendo e incluso aumentando, el número de Denuncias, ya son mas de 60, y de Sentencias favorables, ya son sobre 20, muchas de ellas en última instancia, causando gran impacto y mucha Jurisprudencia. Hace falta decir que somos el COLEF que está al frente en este aspecto, respecto de todos los autonómicos. Tenemos una Revista. Aun recuerdo el día en que mis amigos y compañeros, Maria Dolores González Rivera y Antonio Campos Izquierdo, me propusieron, siendo aún simplemente vocales, formar una comisión y crear una revista en el COLEF. Pues gracias a ellos tenemos nuestra Revista "Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión", ¡y ya tenemos 19 números!! Hemos mantenido contactos y reuniones con diferentes Consellerías (Administraciones Públicas, Sanidad, Educación y Deporte), con el Consell Valencià de l'Esport, con abogados, Ayuntamientos y con la Diputación. Participando siempre de los procedimientos, convocatorias o leyes que se estaban elaborando e interponiendo, en su momento, las alegaciones pertinentes, entre las que destacaría el trabajo hecho en la Ley del Deporte y de la Actividad Física de 2011. Otro de los objetivos importantes era la atención y el servicio colegial. Hemos aumentado la atención horaria consiguiendo tener al administrativo a jornada completa, subirlo de categoría, dar mejor servicio y prestaciones. Manteniendo en momentos difíciles el Plan de formación, los Concursos de fotografía, Artículos Científicos y Ayuda a la Asistencia a congresos. Todos los años hemos mantenido los contactos con las Universidades (UV, UCV, UMH i UA), incluso

Hem aconseguit organitzar les Jornades professionals i Assembles Generals a València, Castelló i a Alacant, hem participat tots els anys a les reunions del Pleno del Consejo General de COLEF's, organitzant a València el Pleno de 2012. Hem seguit marcant-nos com a principal objectiu la lluita per la Regulació professional, contra l' intrusisme i la competència deslleial, mantenint i, fins i tot, augmentant el número de Denúncies, ja són més de 60, i de Sentències Favorables, ja són vora 20, moltes d'elles en última instància causant gran impacte i molta Jurisprudència. Cal dir que som el COLEF que està al capdavant en aquest aspecte de tots els autonòmics. Tenim una Revista. Encara recorde el dia que els meus amics i companys, "M.ª Dolores González Rivera i Antonio Campos Izquierdo, em vam proposar, quan encara erem simplement vocals, formar una Comissió i crear una revista al COLEF. Doncs gràcies a ells tenim la nostra Revista "Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión", i ja portem 19 números! Hem mantingut contactes i reunions amb diferents Conselleries (Administracions Públiques, Sanitat, Educació i Esport), amb el Consell Valencià de l'Esport, amb advocats, Ajuntaments i amb la Diputació. Participant sempre dels procediments, convocatòries o lleis que s'estaven elaborant i, interposant, en el seu moment, les al·legacions pertinents, entre les que destacaria el treball fet a la Llei de l'Esport i l'Activitat Física del 2011. Un altre dels objectius importants era l'atenció i el servei col·legial. Hem augmentat l'atenció horària aconseguint tindre l'administratiu a jornada completa, pujar-lo de categoria, donar millor servei i prestacions. Mantenint en moments difícils el Pla de Formació, els Concursos de fotografia, Articles Científics i l'Ajuda a assistència a Congresos. Tots els anys hem mantingut els contactes amb les Universitats (UV, UCV, UMH i UA), fins i tot en algun moment amb la UJI i la UCE. Hem participat a Jornades i hem estat als actes de Graduació. La creació de la nova Web també ha sigut una peça clau en la nova gestió del COLEF, junt amb la creació dels perfils a les



en algún momento con la UJI y la UCE. Hemos participado en Jornadas y hemos estado en los actos de Graduación. La creación de la nueva Web también ha sido una pieza clave en nuestra gestión del COLEF, junto con la creación de los perfiles en redes sociales... También hemos dado mucha importancia a la divulgación en los medios de comunicación de nuestras actuaciones.

Pero aún tenemos muchas tareas pendientes. Uno de los aspectos más difíciles será la Ley de Servicios Profesionales y la obligatoriedad o no de colegiación que esta ley establecerá. El tiempo lo dirá. Teniendo en cuenta los licenciados y graduados que hay en la Comunitat... aún somos 4 gatos. Falta sentimiento de corporación, de valorar nuestra formación, capacitación, cualificación, competencia, profesionalidad e importancia que tiene nuestra actuación en la salud y bienestar de la sociedad, a la que tenemos que concienciar día a día. Tanto a ella como a las autoridades y administraciones que gobiernan. Este es uno de los puntos débiles que tenemos.

Muchas veces, el trabajo que hemos hecho los miembros de la Junta, no se ve desde fuera. También hemos recibido críticas. Pero lo más fácil es darse de baja o no colegiarse. Cosa que se vuelve en contra de uno mismo cuando se queda impotente viendo como un puesto de trabajo que pretendía, es ocupado por una persona sin cualificación. Además, tengamos en cuenta, que muchos de nuestros colegiados, lo son sin tener la obligación legal, porque son funcionarios, obligación que sí tienen los que trabajan en el ámbito privado. Si en lugar de ser 600 colegiados fuéramos 3000, nuestra fuerza y nuestras posibilidades cambiarían, muchísimo.

Toda crítica constructiva siempre ha sido bien aceptada e invitamos a todo aquel que tenga alguna cosa que decir, criticar, felicitar o aportar, a que forme parte de la Junta de Gobierno o del grupo de Colaboradores voluntarios que está aumentando día a día. Sino, pues tampoco estaría de más alguna vez en la vida colegial de cada uno de vosotros,

xarxes socials... També hem donat molta importància a la divulgació als mitjos de comunicació de les nostres actuacions.

Però encara tenim moltes tasques pendents. Un dels aspectes més difícils serà la Llei de Serveis Professionals i l'obligatorietat o no de col·legiació que aquesta llei establirà. El temps ho dirà. Tenint en compte els llicenciats i graduats que hi ha a la Comunitat... encara som 4 gats. Falta sentiment de corporació, de valorar la nostra formació, capacitat, qualificació, competència, la professionalitat i importància que té la nostra actuació a la salut i benestar de la societat, a la que tenim que conscienciar dia a dia. Tant a ella com a les autoritats i administracions de govern. Aquest és un dels punts dèbils que tenim.

Moltes vegades, la feina que hem fet els membres de la Junta, no es veu des de fora. També hem rebut moltes crítiques. Però el més fàcil és donar-se de baixa o no col·legiar-se. Cosa que es torna en contra d'un mateix quan es queda impotent veient com un lloc de treball que pretenia, és ocupat per una persona sense qualificació. A més, tingam en compte, que molts dels nostres col·legiats, ho estan sense tindre la obligació legal, perquè són funcionaris, obligació que sí tenen tots els que treballen en l'àmbit privat. I si en lloc de ser 600 col·legiats, forem 3.000, la nostra força i les nostres possibilitats canviarien, moltíssim.

Tota crítica constructiva sempre ha sigut acceptada i es convida a tot aquell que tinga alguna cosa que dir, criticar, felicitar o aportar, a que forme part de la Junta de Govern o del grup de Col·laboradors voluntaris que està augmentant dia a dia. I sinó, doncs tampoc estaria de més alguna vegada en la vida col·legial de cadascú de vosaltres, assistir a una Assemblea General, que sempre ens quedem mirant-nos les cares, participar a una Junta com a convidat o, simplement, passar-se per les oficines per contar-nos les vostres queixes, propostes o suggeriments, o potser enviant un email diguent el que penseu. El COLEF des de dins, sobretot, quan portes uns quants anys, es



asistir a una Asamblea General, que siempre nos quedamos mirándonos las caras, participar en una Junta como invitado o, simplemente, pasarse por las oficinas para contarnos vuestras quejas, propuestas o sugerencias, o quizás enviando un email diciendo lo que pensáis. El COLEF desde dentro, sobretodo cuando llevas unos cuantos años, se ve muy diferente. También ves que muchas cosas que se hacen no se aprecian desde fuera y que te dejas mucho tiempo y esfuerzo. Pero lo haces con el convencimiento de la necesidad de estas cosas, de su importancia, a veces vital para muchos de nuestros colegiados. Cada uno de vosotros tiene las suyas y para eso tenemos que atenderlas todas.

Y todo esto gracias a vuestra colaboración desinteresada. Porque el COLEF somos todos.

Por último, quiero agradecer la dedicación de los compañeros que han pasado por estas 3 Juntas que he presidido desde el 24 de noviembre de 2006: Montesinos, Gustavo Martínez, José Luis Paños, José Vélez, Rut Aznar, Carlos Navarro, Francisco Faulí, María Dolores González, Ignacio Gil, Nuño Jiménez, José Luis Roselló, Manuel García, Vicente Miñana, Josep Capsí, Francisco Orts, Marta Salvador, Natxo Soler, David Borrás, Víctor García, Eduardo Mata, Enrique Moreno y Juan José Peris. A todos ellos y a todos los que formáis este Colegio, a vosotros, los COLEGIADOS....

GRÀCIAS! PORQUE ENTRE TODOS LO HACEMOS POSIBLE!

XAVIER TOMÀS ESMEL
(Col. 8843)
Presidente

veu molt diferent. També veus que moltes coses que es fan no s'aprecien des de fora i que et deixes molt de temps i esforç. Però ho fas amb el convenciment de la necessitat d'aquestes coses, de la seua importància, a vegades vital per a molts dels nostres col·legiats. Cadascú de vosaltres té les seues necessitats i per això les hem d'atendre-les totes.

I tot això gràcies a la vostra col·laboració desinteressada. Perquè el COLEF som tots.

Per últim, he d'agrair la seua dedicació als companys que han passat per les 3 Juntes que he presidit des del 24 de novembre de 2006: Montesinos, Gustavo Martínez, José Luis Paños, José Vélez, Rut Aznar, Carlos Navarro, Francisco Faulí, María Dolores González, Ignacio Gil, Nuño Jiménez, José Luis Roselló, Manuel García, Vicente Miñana, Josep Capsí, Francisco Orts, Marta Salvador, Natxo Soler, David Borrás, Víctor García, Eduardo Mata, Enrique Moreno i Juan José Peris. A tots ells i a tots els que formeu este Col·legi, a vosaltres, els COL·LEGIATS...

GRÀCIES! PERQUÈ ENTRE TOTS HO FEM POSSIBLE!

XAVIER TOMÀS ESMEL
(Col. 8843)
President



ARTÍCULOS



SITUACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE EN LAS INSTALACIONES TURÍSTICAS, RESIDENCIALES Y NATURALES EN ESPAÑA.

Gustavo Martínez Serrano

*Conselleria de Educación, Cultura y Deporte de la Comunitat Valenciana. Colegiado nº 11.739 (Comunitat Valenciana) **

María Dolores González Rivera

Universidad de Alcalá. Colegiada nº 9.436 (Comunidad de Madrid)

Jorge Juan Viaño Santasmarinas

Universidad de Vigo. Colegiado nº 8.706 (Galicia)

RESUMEN

El estudio de la situación actual de los recursos humanos que trabajan en funciones de actividad física y deporte en España representa un campo de interés científico y social que requiere ser investigado. Para ello, este estudio utiliza una metodología cuantitativa de corte descriptivo que sigue los procedimientos propios de la encuesta. Esta encuesta se aplica a una muestra de personas que trabajan desarrollando funciones de actividad física y deporte en instalaciones turísticas, residenciales y naturales de todo el país. Los resultados describen que las personas que trabajan en funciones físico-deportivas en estas instalaciones son mayoritariamente hombres jóvenes que desarrollan una amplia variedad de funciones, con situaciones laborales en las que no existe contratación y donde el aspecto más importante para encontrar trabajo son los contactos y las habilidades personales. También se observa que aproximadamente la mitad de estas personas mantiene una duración laboral con la entidad contratante que no supera los cuatro años y casi la mitad carece de titulación oficial de actividad física y deporte.

Palabras clave: recursos humanos, actividad física, deporte, instalaciones turísticas, residenciales y naturales.

Title: Situation of human physical activity and sport in tourist facilities, residential and natural in Spain.

ABSTRACT

The study of the current status of human resources functions involved in physical activity and sport in Spain represents a field of scientific and social interest that needs to be investigated. To this end, this study uses a quantitative methodology is descriptive cutting the procedures of the survey. This survey was applied to a sample of people working in developing physical activity features and sport in tourist facilities, natural residential and nationwide. The results describe people who work in physical and sports functions these facilities are mostly young men who develop a wide variety of functions, work situations where there is no contract and where the most important are the contacts to find work and personal skills . It is also noted that about half of these people maintain a working week with the contracting entity not exceeding four years and almost half have no formal qualifications in sport and physical activity.

Keys words: Human resources, physical activity, sport, tourist facilities, residential and natural.

* Correo electrónico: gustavo.martinez@colefcafecv.com



MARCO TEÓRICO

En la última década, en la actividad física y el deporte se está desarrollando un profundo cambio estructural y de diferenciación con la aparición de nuevos modelos físico-deportivos derivados de la diversificación y desinstitucionalización, la ampliación de los motivos para la práctica deportiva y la huida del modelo tradicional, rígido y disciplinario (Martínez-Serrano, G., Campos-Izquierdo, A., Pablos, C., y Mestre, J. A., 2011; Martínez-Serrano, Campos-Izquierdo, González-Rivera y Viaño, 2012). Todo apunta a que las fronteras entre las prácticas físico-deportivas y otras actividades como son el turismo, el ocio, la aventura, la ecología y la salud se diluyen a un ritmo vertiginoso. El deporte de alto rendimiento está abriendo camino a la creciente y progresiva demanda hacia la actividad física-placer-fitness-encuentro-prácticas (aeróbic y actividades en la naturaleza), hacia múltiples emplazamientos (instalaciones municipales, gimnasios privados, hoteles y balnearios), así como a un gran número de organizaciones, movimientos y entidades relacionadas con el deporte (Mestre, Orts y Martínez-Serrano, 2010).

Camy, Chantelat y Le Roux (1999) explican que el sector del deporte representaba unos 700.000 empleos en Europa en la última década de los años 90 y, específicamente, en el caso de España, contabilizando deportistas profesionales y árbitros, así como entrenadores, instructores, guías y monitores, suponía alrededor de 56.300 empleos. Además, según estos autores, el consumo relacionado con la práctica de actividades físico-deportivas, unido al gasto en indumentaria y artículos deportivos, representaba a finales de siglo más de un 1,2% del Producto Interior Bruto (PIB) y entre el 1,5% y el 1,8% del consumo total español.

En la línea de estos investigadores, VOCASPORT (2004) expone que el empleo en el sector del deporte en Europa representa entre el 0,08% (Estonia y Polonia) y el 0,94% (Reino Unido) de la población total, situándose España, junto a otros países como Alemania, Austria, Dinamarca, Francia, Finlandia, en la tasa media de personas cuya principal ocupación profesional se encuentra en el sector deportivo.

Actualmente, el Consejo de la Unión Europea [CUE] (2013) presentó recientemente las bases del 'Plan de Trabajo Europeo para el Deporte para 2011-2014', donde se incluyen los 'Principios de Buen Gobierno en el Deporte'. Según este documento, el deporte ha evolucionado enormemente en los últimos 20 años. Por ejemplo, a nivel de élite se ha producido una transformación en la comercialización del deporte, los grandes eventos deportivos han atraído a millones de espectadores y hay cientos de miles de espectadores, generándose ingentes cantidades de ingresos. Del mismo modo, las actividades de patrocinio y 'merchandising' también han crecido de manera exponencial y el interés de los medios en el deporte ha llegado a nuevos máximos.

Por todo ello, Martínez-Serrano et al. (2011) argumentan que la globalización y el aumento de la actividad transfronteriza entre los Estados Miembros de la Unión Europea, requiere de la necesidad de cumplir con las normas internacionales, con los reglamentos y las normativas con las que operan las entidades físico-deportivas, dentro de un marco legal seguro, ya que es necesario dar respuesta a una evolución compleja de las leyes nacionales y comunitarias y a un mercado laboral inseguro que tiene a España y a todo el marco Europeo en un continuo desafío.

Por tanto, en los tiempos modernos en los que nos movemos, los beneficios relacionados con la salud, la educación, la economía y los aspectos sociales generados por los servicios de la actividad física y del deporte dependerán esencialmente de los recursos humanos que los desarrollan, dirigen y organizan (Campos-Izquierdo, 2005, 2010).



Por ejemplo, a este respecto, la Ley 2/2011, de 22 de marzo, de la Generalitat, del Deporte y la Actividad Física de la Comunidad Valenciana (España), establece en su artículo 7.3 que la organización técnica ha de estar dirigida por titulados oficiales en actividad física y deporte. Del mismo modo, el artículo 14.1 explica que la actividad tiene que contar con personal técnico que acredite una titulación oficial relacionada con este sector, que desarrolle su labor teniendo en cuenta las características particulares de los individuos, mientras que el artículo 15.2 añade que se ha de exigir a los técnicos y entrenadores de los deportistas en edad escolar que acrediten una titulación oficial en actividad física y deporte adecuada para garantizar su formación en función de la edad y nivel deportivo.

Del mismo modo, en lo que se refiere a instalaciones deportivas, la Ley 10/1990, de 15 de octubre, del deporte de España, en su artículo 72, expone que en toda instalación o establecimiento de uso público en que se presten servicios de carácter deportivo, cualquiera que sea la entidad titular, deberá ofrecer una información, en lugar perfectamente visible y accesible, el nombre y la titulación respectiva de las personas que presten servicios profesionales en los niveles de dirección técnica, enseñanza o animación.

Por todo ello, el estudio que se presenta busca establecer un perfil general de las personas que desarrollan funciones de actividad física y deporte en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España, lo que permitirá describir cuál es la situación profesional y laboral de las personas que están ejerciendo funciones de actividad física y deporte en diversas entidades e instalaciones deportivas. Por consiguiente, los objetivos específicos de esta investigación son:

- Conocer la situación profesional y laboral de los recursos humanos de la actividad física y del deporte en España.
- Establecer un perfil general de las personas que desarrollan funciones de actividad física y deporte en instalaciones turísticas, residenciales y naturales españolas.
- Valorar, atendiendo a los resultados obtenidos, la necesidad o no de un ordenamiento funcional y jurídico más preciso en España.

De esta forma, el estudio proyectará una valiosa información sobre la situación actual del personal técnico-deportivo español, siendo conveniente destacar la problemática que viene produciéndose durante largo tiempo en España en cuanto a la identificación de las profesiones del deporte y las profesiones relacionadas con el mismo, así como el desajuste que se viene produciendo entre ocupaciones reconocidas socialmente y jurídicamente (Landaberea, 2010).

METODOLOGÍA

Esta investigación ha seguido una metodología cuantitativa de corte descriptivo, con procedimientos de encuesta, todo ello basado en el diseño y aplicación metodológica de estudios como los de Campos Izquierdo (2005), Campos-Izquierdo, Pablos y Mestre (2006a, 2006b), González-Rivera (2010) y Martínez-Serrano, Campos-Izquierdo, Pablos y Mestre (2008a, 2008b). En esta línea de investigación, como explica Martínez del Castillo (1991), los diferentes aspectos de estructura e información efectuados han sido diseñados previamente, esto es, las preguntas, la reflexión de las respuestas que se podían producir, la selección de los procesos para identificar los lugares y las personas de las que era necesario obtener información, se han valorado, estudiado y aplicado con anterioridad.



Instrumento

Para captar la información necesaria para los objetivos del estudio, se decidió partir del cuestionario 'PROAFIDE: Recursos humanos de la actividad física y del deporte' que analiza la situación y actuación profesional de las personas que trabajan en funciones de actividad física y deporte (Campos-Izquierdo, 2011). Del citado cuestionario fueron seleccionadas las preguntas relacionadas con los objetivos del presente estudio, las cuales eran preguntas cerradas y categorizadas (García-Ferrando, 2002; Mínguez y Fuentes, 2004).

Tipo de muestreo utilizado

El muestreo es el procedimiento por el que se infieren los valores y características de la población a estudiar a través de la experiencia obtenida con un grupo de unidades seleccionadas que poseen menor número (Félix, Ortí y Agudo, 2007; Medina y Castillo, 2005). Este grupo seleccionado, con intención de estimar los valores verdaderos de la población, constituye la muestra (Heinemann, 2003).

La investigación que aquí se presenta se enmarca dentro de un contexto más amplio (Proyecto de Investigación Fundamental de I+D+i DEP2009-12828 del Ministerio de Ciencia e Innovación de España) cuyo tamaño de la muestra era de 2500 personas, las cuales desarrollaban funciones de actividad física y deporte en entidades o instalaciones deportivas en España. A este respecto, la cantidad de personas que trabajaban en actividad física y deporte en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España, objeto de este artículo, era de 53 personas.

La afijación de la muestra, fue proporcional a la distribución de las personas según tamaño demográfico de las diversas Comunidades Autónomas, provincias y municipios de España. Además, se realizaron diversos submuestreos teniendo como objetivo dispersar la muestra para que influyera positivamente en la precisión de las estimaciones (Campos-Izquierdo et al., 2006a). El tipo de muestreo fue probabilístico de tipo polietápico, estratificado en primera fase, por conglomerados (Campos-Izquierdo, 2005; González-Rivera, 2010; Martínez-Serrano, 2007).

Procedimientos

La investigación ha sido de corte transversal, a lo largo del año 2011. La entrevista se realizó de forma personal, con una duración aproximada entre 10 y 20 minutos, sin la presencia de terceras personas y siendo el entrevistador quien formulaba las preguntas y anotaba las respuestas.

La información se procesó mediante el programa informático 'SPSS para Windows' (versión 19.0.), con licencia de la Universidad Politécnica de Madrid (España), que está dirigido fundamentalmente a profesionales de la investigación social y que facilita un sencillo manejo y transmisión de la información por 'software', así como la fácil interpretación de los resultados obtenidos (Pardo y Ruíz-Díaz, 2002). Por tanto, mediante la ayuda de este paquete estadístico se ha elaborado un análisis descriptivo univariable y bivariable, así como un análisis inferencial a través de tablas de contingencia que incluyen el valor de Chi-cuadrado de Pearson y su significación, y el coeficiente de correlación Phi.

Debido a la gran cantidad de información, solamente se ha profundizado en los resultados que tenían que ver directamente con los objetivos de este estudio.

Finalmente, los datos se presentan en porcentajes con diferentes diagramas de barras y gráficos por sectores que favorecen la visualización y comprensión de los resultados obtenidos y la extracción de las conclusiones oportunas.



RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Según Martínez-Serrano et al. (2008a, 2008b) las funciones de actividad física y deporte que se pueden ejercer para entidades o instalaciones deportivas son las siguientes:

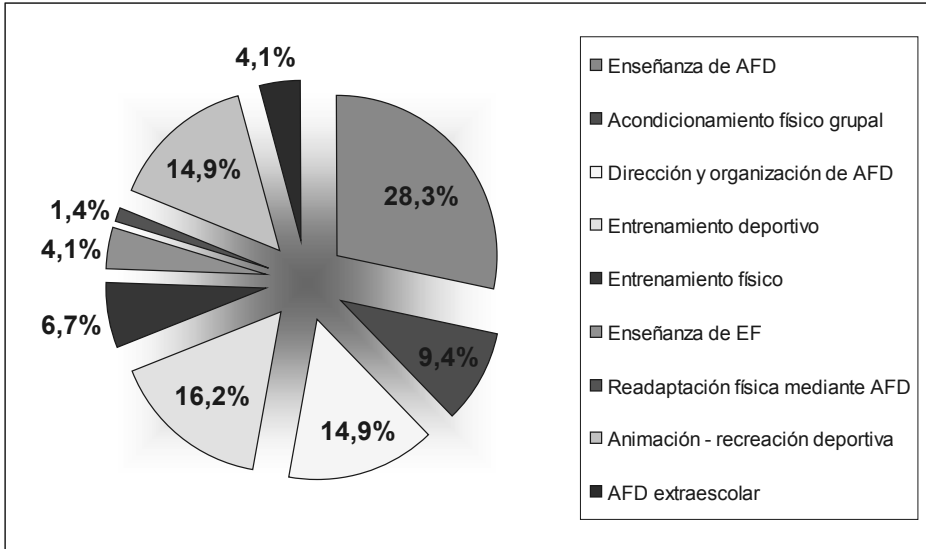
- Enseñanza de actividad física y/o deporte/s (incluye la enseñanza de danza, expresión corporal y bailes).
- Enseñanza de educación física y/o deportes dentro de las enseñanzas de régimen general, especial y/o universitarias.
- Entrenamiento de equipos y/o individuos para la competición y/o para la superación de pruebas físicas (entrenamiento deportivo).
- Entrenamiento personalizado (entrenamiento físico).
- Actividades físico-deportivas extraescolares o extracurriculares en centros escolares.
- Animación-recreación deportiva.
- Cuidado y mantenimiento de la forma física en grupos.
- Inspección sobre actividad física y deporte.
- Dirección y organización de actividad física y deporte en instalaciones deportivas y/o entidades.
- Asesoramiento y certificación sobre actividad física y deporte.
- Docencia de contenidos específicos sobre actividad física y deporte en cursos.
- Rehabilitación-recuperación-reeducación física mediante ejercicio físico.
- Socorrismo acuático.

En este estudio se observa que las personas que desarrollan sus funciones físico-deportivas en instalaciones naturales, residenciales o turísticas en España suelen hacerlo principalmente en la función de enseñanza de actividad física y/o deportes (28,3%) y entrenamiento deportivo (16,2%). A continuación se describe un porcentaje idéntico del 14,9% que corresponde a las funciones de dirección y organización de actividad física y deporte y de animación-recreación deportiva. Este porcentaje actual del 68,8%, porcentaje que conforma la unión porcentual de las cuatro funciones expresadas anteriormente, coincide con los resultados obtenidos por Martínez-Serrano et al. (2008b), quien añade que las personas que trabajan para asociaciones vecinales y urbanísticas, federaciones de municipios y hoteles costeros, además de realizar este tipo de funciones, desarrollan sus funciones fundamentalmente en verano y con una escasa remuneración económica.

En esta línea, Mestre, Orts y Martínez-Serrano (2010) establecen, además, que en los últimos años las personas que ejercen funciones de animación-recreación deportiva y entrenamiento deportivo en España poseen un elevado porcentaje de polifuncionalidad, superando porcentajes del 80%, datos que también concuerdan con la variedad de funciones que aparecen representadas en esta investigación.

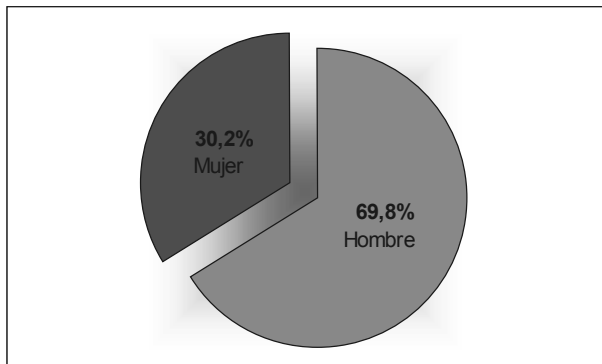


Figura 1. Porcentajes de las funciones de actividad física y deporte realizadas en la actualidad en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España



Prosiguiendo, en lo que se refiere a las características sociodemográficas de las personas que trabajan en funciones de actividad física y deporte en instalaciones naturales, residenciales y turísticas en España, se observa que el porcentaje de hombres (69,8%) supera el obtenido para las mujeres (30,2%), siendo el porcentaje.

Figura 2. Porcentajes de hombres y mujeres en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España



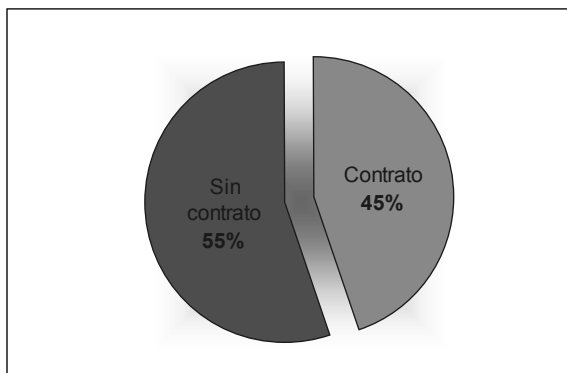
Asimismo, la edad de los trabajadores es joven, mayoritariamente por debajo de los 34 años, datos similares a los obtenidos por Campos-Izquierdo (2005) y Martínez et al. (2008a), quienes establecieron en 2008 una edad media general de las personas españolas que trabajaban en actividad física y deporte próxima a los 31 años.

Por otro lado, en cuanto a las características laborales que definen a estos trabajadores en las citadas instalaciones, este estudio muestra un porcentaje del 55% de personas, porcentaje conformado también por personas que trabajan por su cuenta y desarrollan actividad física

y deporte sin ningún tipo de estructura ni organización legal, que realizan sus funciones de actividad física y deporte sin contrato.

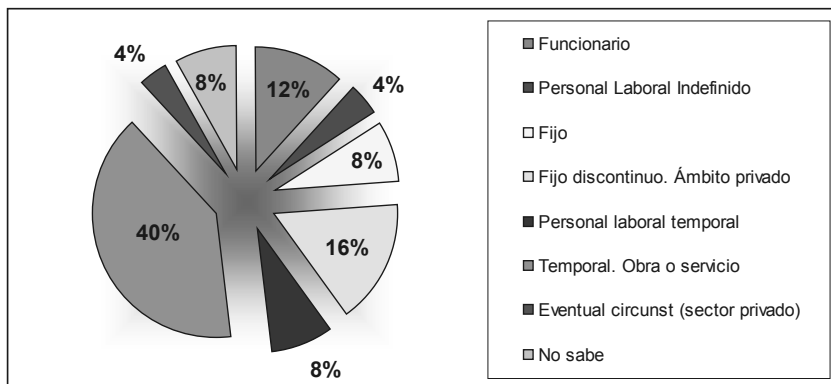
Esta situación laboral irregular también se refleja en los estudios de Campos-Izquierdo (2005), Campos-Izquierdo, Pablos y Mestre (2006a, 2006b), Camy, Chantelat y Le Roux (1999), Carratalá, Mayorga, Mestre, Montesinos y Rubio (2004), Jiménez, Arana y Alcaín (2005), Martín-Acero (2006a, 2006b, 2007), Martínez-Serrano (2007, 2008a, 2008b, 2009) y Montalvo (2007), quienes argumentan que algunos países eligen regular parte o la totalidad de las profesiones del deporte utilizando disposiciones legales, reglamentarias o administrativas, aunque la mayoría de ellas no se regulan realmente. Es decir, se aplican normas y se expiden títulos que controlan el acceso a las profesiones del deporte, pero una proporción importante de los profesionales continúan sin cumplir las obligaciones legales.

Figura 3. Situación profesional actual de las personas que trabajan en funciones físico-deportivas en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España



Continuando con aspectos referentes a la situación laboral de los trabajadores, cabe destacar que de las personas que sí poseen contrato en la actualidad (45%), su dedicación a tiempo completo representa un 64%, porcentaje inferior al 92% establecido para la población trabajadora española (Instituto Nacional de Estadística [INE], 2010), y el 52% corresponde a un porcentaje de tipo de contrato temporal, dato que supera el 32% general establecido para toda la población trabajadora española (INE, 2010), observándose además que la mayor proporción de contratos temporales se obtiene para los contratos denominados ‘por obra o servicio’ (véase figura 4).

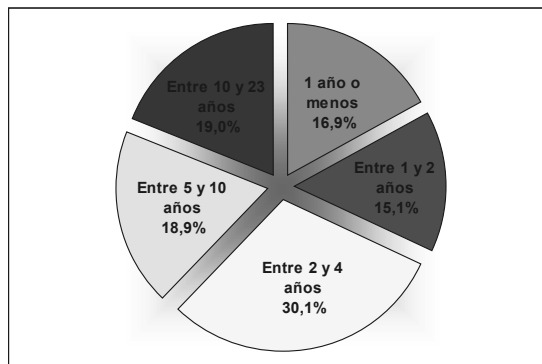
Figura 4. Tipo de contrato



Asimismo, esta investigación establece que un 62,1% de personas que están trabajando actualmente en España en el sector de la actividad física y el deporte posee una relación laboral con la entidad fundamentalmente por debajo de los 4 años. Estos datos son coincidentes con la investigación de Martínez et al. (2008a), quienes aseguran en su estudio de 2008 que la duración de todas las personas que trabajan en funciones de actividad física y deporte en España es mayoritariamente inferior a 4 años (62,8%), añadiendo además que el 52,4% de estas personas considera su trabajo eventual y casi el 85% ha trabajado anteriormente para otras entidades diferentes.

Por consiguiente, comparando ambos estudios, se observa la involución del mercado laboral y de la propia actividad física y deporte, ya que se produce una ocupación carente de legalidad y escasamente profesionalizada, en lugar de una profesión en la que se garanticen los derechos fundamentales del trabajador y los beneficios que genera por sí misma la actividad física y el deporte.

Figura 5. Años trabajados para la entidad en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España



También, continuando con las principales vías de acceso al empleo, cabe mencionar que los datos obtenidos en este estudio con relación a la consecución del puesto de trabajo reflejan como característica principal el hecho de poseer habilidades interpersonales, contactos y experiencia, aspectos con mayor relevancia que la titulación, el expediente académico y la formación continua, lo que determina en palabras de Martínez-Serrano (2008a, 2009) un contexto profesional en el que la formación representa un factor más a tener en cuenta, pero no constituye una necesidad ni una obligatoriedad para realizar funciones específicas de actividad física y deporte.

En cuanto a las características formativas, cabe destacar que Campos-Izquierdo (2010) establece que en España existe un elevado porcentaje de personas, entre el 40% y 58%, que trabaja en funciones de actividad física y deporte en diversas entidades e instalaciones deportivas sin poseer ninguno de los diferentes tipos de titulaciones oficiales de la actividad física y el deporte. En este sentido, diversas investigaciones científicas avalan un estancamiento de este porcentaje y sugieren que el número de personas no tituladas se sigue manteniendo durante los últimos años (Campos-Izquierdo, Pablos y Mestre, 2006a, 2006b; Martínez-Serrano, 2007, 2008b; Landaberea, 2010).

Los resultados de esta investigación describen que un 43,4% de los trabajadores españoles del sector no posee titulación de actividad física y deporte en la actualidad, lo que secunda los datos obtenidos por los autores citados con anterioridad y muestra que actualmente el porcentaje de personas sin formación inicial se mantiene.

Figura 6. Aspectos que han influido para la consecución del puesto de trabajo actual

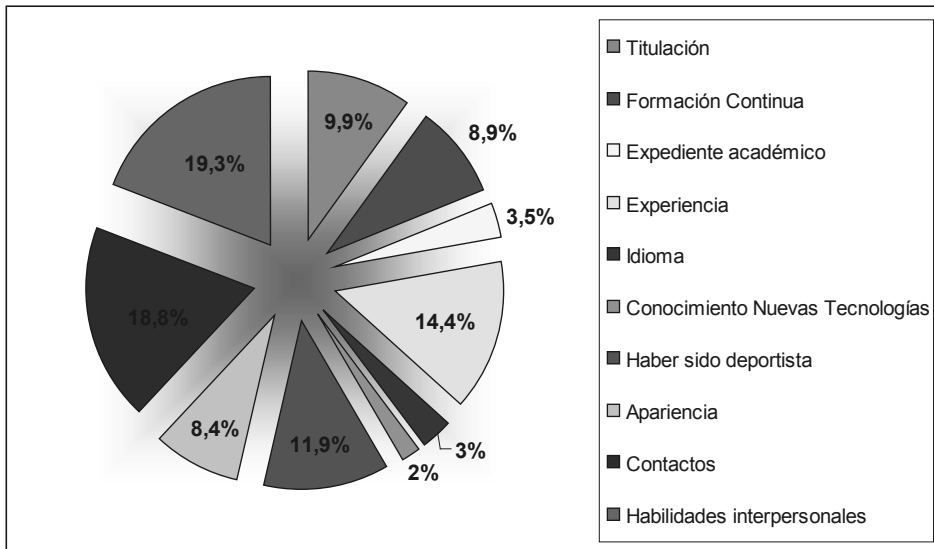
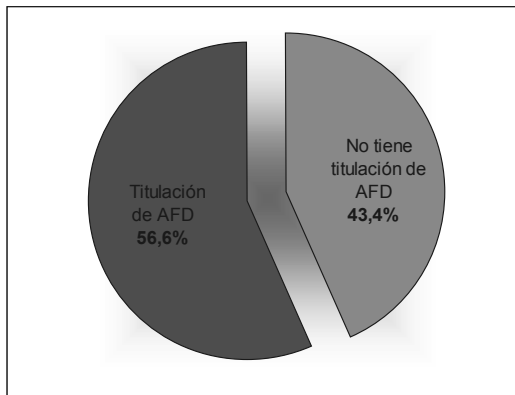


Figura 7. Posesión o no de alguno de los diferentes tipos de titulaciones de la actividad física y del deporte



A esta situación, según Campos-Izquierdo (2010), están contribuyendo diversas asociaciones y empresas, entidades que aseguran expedir titulaciones deportivas válidas para el ejercicio de diversas funciones físico-deportivas, pero que realmente incurren en escenarios fraudulentos. En este sentido, este autor asegura que actualmente en España se están expidiendo formaciones no oficiales que aseguran capacitar a la persona utilizando denominaciones genéricas y confusas como por ejemplo instructor, experto o monitor, lo que genera situaciones irregulares y acentúa el intrusismo laboral, favoreciendo un ambiente de inseguridad y de grave riesgo para la salud de los participantes y usuarios.

A este respecto, los datos obtenidos en este estudio apoyan las teorías que aseguran que el incremento de empleo en el sector en España no es paralelo a una regulación del mercado, por lo que conviven personas tituladas y no tituladas, lo cual dificulta la percepción social sobre la necesidad de una profesionalización, y prolonga una carencia de formación y capacitación



por parte de los trabajadores que están ejerciendo funciones de actividad física y deporte en instalaciones turísticas, residenciales y naturales españolas.

CONCLUSIONES

- Actualmente, en instalaciones turísticas, residenciales y naturales españolas, se desarrollan funciones específicas de actividad física y deporte, las cuales también están siendo ejercidas por personas sin formación ni cualificación y en situaciones laborales inadecuadas.
- Se establece el perfil de la persona que trabaja actualmente en funciones de actividad física y deporte en las instalaciones turísticas, residenciales y naturales españolas:

Hombre, de 31 años, que desarrolla varias funciones, principalmente la docencia de actividad física y/o deportes, el entrenamiento deportivo, la dirección y organización de actividad física y deporte y la animación deportiva. Puede tener o no contrato, lleva trabajando en la instalación turística, residencial o natural menos de 4 años, accedió a su puesto de trabajo mediante contactos personales y puede tener o no titulación de actividad física y deporte.

- La actividad física y el deporte precisan de una actividad física y deporte guiada, desarrollada, organizada o evaluada por profesionales de la actividad física y del deporte debidamente titulados, por lo que es necesario un intento de ordenamiento funcional y una regulación profesional que garantice profesionales formados y cualificados y que puedan dar respuesta a las prácticas físico-deportivas, sus diversas manifestaciones y las estructuras organizativas públicas y privadas que definen el sector de la actividad física y el deporte en España.

FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

- Desarrollar la investigación de forma sistemática con el fin de establecer una estadística que detalle los cambios que se vayan produciendo en España a lo largo del tiempo.
- Realizar un estudio europeo o intercontinental que sirva para describir y comparar el mercado laboral y profesional de la actividad física y del deporte en otras regiones y países del mundo.

BIBLIOGRAFÍA

Campos-Izquierdo, A. (2011). Elaboración y validación del cuestionario "PROAFIDE: recursos humanos de la actividad física y deporte. Análisis de la situación y actuación profesional de los profesionales de actividad física y deporte. *Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*, 15, pp 53-64.

Campos-Izquierdo, A. (2010). *Dirección de recursos humanos en las organizaciones de la actividad física y del deporte*. Madrid: Síntesis.

Campos-Izquierdo, A. (2005). *Situación profesional de las personas que trabajan en funciones de actividad física y deporte en la Comunidad Autónoma Valenciana (2004)*. Tesis de doctorado para optar al título de Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Departamento de Educación Física y Deportiva, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Valencia, Universidad de Valencia, España.

Campos-Izquierdo, A., Pablos, C., y Mestre, J. (2006a). *La estructura y gestión del mercado*



- laboral y profesional de la actividad física y el deporte. Sevilla: Wanceulen.
- Campos-Izquierdo, A., Pablos, C., y Mestre, J. (2006b). *Los titulados de la actividad física y del deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Camy, J., Chantelat, P., y Le Roux, N. (1999). *Deporte y empleo en Europa*. Francia: Comisión Europea.
- Carratalá, V., Mayorga, J., Mestre, J., Montesinos, J.M., y Rubio, S. (2004). Estudio del mercado laboral y de las competencias profesionales del titulado. En F. Del Villar (Coord.), *Propuesta de Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*. Cáceres: Universidad de Extremadura.
- Consejo de la Unión Europea (2013). Principles of good governance in sport. *Comission Europea, new 2013*. [Consultado: 16 octubre 2013]. Online: http://ec.europa.eu/sport/news/20131017-principles-good-governance_en.htm
- Félix, A., Ortí, M., y Agudo, Y. (2007). *Métodos y Técnicas de Investigación Social*. Madrid: Editorial Universitaria Ramón Areces.
- García-Ferrando, M. (2002). La encuesta. En F. Alvira, M. García Ferrando y J. Ibáñez (Eds), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación*. (pp. 141-170). Madrid: Alianza editorial.
- González-Rivera, Mª. D. (2010). Proceso de elaboración y validación de una entrevista estandarizada por medio de cuestionario para el estudio de la intervención docente y recursos humanos en el deporte en edad escolar. *Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*, 12, pp. 25-46.
- Heinemann, K. (2003). *Introducción a la metodología de la investigación empírica*. Barcelona: Paidotribo.
- Instituto Nacional de Estadística (2010). *Encuesta de Población activa. Cuarto trimestre de 2009*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística.
- Jiménez, I., Arana, E., y Alcaín, E. (2005). *El derecho deportivo en España, 1975-2005*. Sevilla: Consejería de Turismo, Comercio y Deporte.
- Landaberea, J. A. (2010). Aportaciones del derecho al deporte actual. En *Algunas aportaciones del Derecho al deporte del S. XXII*. Valencia: Tirant Lo Blanch.
- Ley 2/2011, de 22 de marzo, de la Generalitat, del Deporte y la Actividad Física de la Comunitat Valenciana. *Diari Oficial de la Comunitat Valenciana*, 24 de marzo de 2011, 6487, 12328, Valencia, España.
- Ley 10/1990, de 15 de octubre, del deporte de España. *Boletín Oficial del Estado*, 17 de octubre de 1990, 249, 30397 a 30411, España.
- Martín-Acero, R. (Coord.) (2006a). *Borrador nº 2 del informe de la conferencia española de institutos y facultades de ciencias de la actividad física y del deporte sobre la Ley de ordenamiento y regulación profesional*. Manuscrito no publicado, Consejo Superior de Deportes, Madrid, España.
- Martín-Acero, R. (Coord.) (2006b). *Borrador nº 3 del informe de la conferencia española de institutos y facultades de ciencias de la actividad física y del deporte sobre la Ley de ordenamiento y regulación profesional*. Manuscrito no publicado, Consejo Superior de Deportes, Madrid, España.
- Martín-Acero, R. (2007). La colaboración de la conferencia española de institutos y facultades de ciencias de la actividad física y del deporte en la propuesta de ley de ordenamiento del ejercicio profesional. *Revista de Comunicación Intercolegial. Consejo General de Ilustres Colegios Oficiales de Licenciados en Educación Física y en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 2, 20-21.
- Martínez del Castillo, J. (1991). *La estructura ocupacional del deporte en España. Encuesta realizada sobre los sectores de Entrenamiento, Docencia, Animación y Dirección*. Madrid: CSD.
- Martínez-Serrano, G. (2009). *Los recursos humanos de la actividad física y del deporte y sus*



características laborales. Comunicación presentada en el X Congreso AEISAD deporte, salud y medio ambiente para una sociedad sostenible, Palacio de exposiciones y congresos, Córdoba, España.

Martínez-Serrano, G. (2008a). *Social and demographic characteristics of physical activity and sport human resources in Spain*. Comunicación presentada en la 5 TH International Scientific Conference on Kinesiology, Universidad de Zagreb, Zagreb, Croacia.

Martínez-Serrano, G. (2008b). *Las características formativas de los recursos humanos de la actividad física y del deporte en la Comunidad Valenciana*. Comunicación presentada en el V Congreso de la Asociación Española de Ciencias del Deporte, Universidad de León, León, España.

Martínez-Serrano, G. (2007). *Los recursos humanos de la actividad física y del deporte en la Comunidad Autónoma Valenciana*. Tesis de doctorado para optar al título de Doctor en Ciencias de la Actividad Física y Del deporte, Departamento de Educación Física y Deportiva, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de Valencia, Universidad de Valencia, España.

Martínez-Serrano, G., Campos-Izquierdo, A., González-Rivera, M^a. D., y Viaño, J. (2012). Las titulaciones de actividad física y deporte de las personas que trabajan en instalaciones turísticas, residenciales y naturales en España. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*. Año 3, Num. 17, 1-10 [Consultado: 11 agosto 2013]. Online: <http://emasf.webcindario.com>

Martínez-Serrano, G., Campos-Izquierdo, A., Pablos, C., y Mestre, J. A. (2011). Situación actual del personal técnico-deportivo en las empresas del sector en la comunidad valenciana. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte* 7(1), 53-66. [Consultado: 1 octubre 2013]. Online: <http://www.e-balonmano.com/ojs/index.php>

Martínez-Serrano, G., Campos, A., Pablos, C., y Mestre Sancho, J. A. (2008a). *Los recursos humanos de la actividad física y del deporte: funciones y características sociodemográficas, laborales y formativas*. Valencia: Tirant Lo Blanch.

Martínez-Serrano, G., Campos, A., Pablos, C. y Mestre Sancho, J. A. (2008b). *Las entidades de la actividad física y del deporte: estado actual y perfiles*. Valencia: Tirant Lo Blanch.

Medina, A., y Castillo, S. (2005). *Metodología para la realización de proyectos de investigación y tesis doctorales*. Madrid: Universitas.

Mestre, J. A., Orts, F., y Martínez-Serrano, G. (2010). *Gestión en el deporte*. Sevilla: Wanceulen.

Montalvo, A. (2007). *Proyecto de ley para la regulación del ámbito profesional de la actividad física y el deporte*. Comunicación presentada en el III Congreso Gestión del Deporte, Universitat Jaume I, Castellón, España.

Mínguez, A., y M. Fuentes (2004). *Cómo hacer una investigación social*. Valencia: Tirant Lo Blanch.

Pardo, A., y Ruíz-Díaz, M. A. (2002) *SPSS 11: guía para el análisis de datos*. Madrid: McGraw-Hill.

VOCASPORT Research Group. (2004). *Vocational education and training in the field of sport in the European Union: situation, trends and outlook*. Lyon: European Observatoire of Sport and Employment: <http://www.eose.org/sect/proj/ProjCD>

AGRADECIMIENTOS

La investigación aquí presentada forma parte del Proyecto de Investigación Fundamental de I+D+i DEP2009-12828 que ha sido financiado por el Ministerio de Ciencia e Innovación de España.



SITUACIÓN ACTUAL DE LA GESTIÓN DE INSTALACIONES DEPORTIVAS EN LA COMUNIDAD VALENCIANA DESDE UNA PERSPECTIVA CUALITATIVA

Eduardo Mata Varea

*Colegiado nº 10.946 (Comunitat Valenciana) **

Juan Antonio Mestre Sancho

Colegiado nº 2.454 (Comunitat Valenciana)

Carlos Pablos Abella

Colegiado nº 54.478 (Comunitat Valenciana)

Cristina F. Guijarro García.

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA "SAN VICENTE MARTIR"

RESUMEN

El fenómeno del deporte en España ha sufrido en los últimos años un proceso de profesionalización que lo ha llevado a formarse lo que hoy en día se llama "negocio del deporte" (Chadwick y Beech, 2004) o "industria del deporte" (Foster et al., 2005). Actualmente encontramos multitud de cambios significativos acusados por la situación actual. En este estudio los autores pretenden observar la realidad de las empresas que gestionan instalaciones deportivas, mediante indicadores objetivos-cuantitativos, extraídos de estudios del sector, e indicadores subjetivos-cualitativos, mediante entrevistas a expertos; centrando la atención en sus dos vertientes principales: la gestión de centros privados y centros públicos.

Dicha realidad nos da una idea de cuáles son los factores del ambiente general que afectan a su desarrollo como empresas en un mercado global (situación político-legal, económica, cultural-ambiental, socio-demográfica, tecnológica) y cuáles son los factores y variables que afectan a su gestión interna como empresas dentro de su sector (gestión del capital humano, ingresos y clientes, competencia, rentabilidad, costes y calidad).

De los resultados actuales podemos destacar el movimiento generalizado de clientes de centros privados a públicos justificado por la situación de crisis actual y la competitividad de las instalaciones públicas, identificada por algunos expertos como la principal competencia del sector privado. Dicha competencia une a unos y a otros en la afirmación de que el sector público debe ceder parte de su protagonismo al sector privado, ya de por sí poco rentable. Detectamos una carencia generalizada de investigación del entorno y las demandas de los ciudadanos. Tanto los datos como las opiniones dan a entender que este sector sufre la crisis menos que otros sectores e, incluso, es una oportunidad para determinados tipos de negocios basados en el bajo coste. Mediante dicho análisis se pretende crear las bases para generar posteriormente una herramienta de medición de factores que influyen en la gestión.

Palabras clave: Gestión, instalaciones deportivas, empresas deportivas

* Correo electrónico: eduardo.mata@colefcafecv.com



ABSTRACT

The phenomenon of sport in Spain has suffered in recent years a process of professionalization that has led him to form what today is called “ sport business” (Chadwick and Beech ,2004) or “ sports industry “ (Foster et al. 2005). Today we find many significant changes charged by the current situation. In this study we aim to observe the reality of companies managing sports facilities quantitative and objective indicators, drawn from industry studies, and subjective and qualitative indicators, using expert interviews , focusing on two main currents: management in private and public sport facilities.

This fact gives us an idea of what the overall environmental factors affecting their development as businesses in a global market (policy, legal, economic, cultural, environmental, social and technological) and what are the factors and variables affecting their internal management companies in its sector (human capital management , revenue and customers , competition, profitability, costs and equipment quality) .

From the present results we highlight the widespread movement of customers from private to public schools justified by the current crisis and competitiveness of public facilities, identified by some experts as the main private sector competition. This competition unites one and all in the assertion that the public sector must give up part of their role to the private sector, already unprofitable. We found a general lack of research on the environment and the demands of citizens. Both the data and the opinions suggest that this sector suffers from the crisis less than other sectors and even an opportunity for certain types of businesses based in low cost. By this analysis is to create the foundation for later generate a measurement tool of factors that influence in management.

INTRODUCCIÓN

Este estudio se ha realizado con la intención de crear una imagen fiel y multidisciplinar de la situación del sector de la gestión de instalaciones deportivas, enmarcado en la Clasificación Nacional de Actividades Económicas dentro del grupo 9, subgrupo 931 -actividades deportivas-, y dentro de éste, la gestión de instalaciones deportivas -cuyo código es 9311- y los gimnasios -código 9313-. Esta clasificación servirá para sectorizar y recuperar la información cuantitativa de las empresas del sector y comparar esta con la información cualitativa extraída directamente de la opinión de los profesionales del mismo.

Para conducir dicha investigación hemos dividido el análisis en dos partes:

Macroentorno y microentorno

Cualquier factor externo a la empresa forma parte de su entorno, pudiéndose distinguir dos tipos muy diferentes de entorno: por un lado uno más cercano a la empresa y restringido, el *entorno sectorial o microentorno*, y otro más lejano y amplio, el *macroentorno* (Sánchez, 2011). Éste último se puede descomponer en cuatro grandes apartados: político-legal, económico, social y tecnológico.

El denominado *entorno sectorial según* Iborra, Dasi, Dolz, & Ferre (2006) es el *entorno competitivo o entorno específico*, que es distinto para cada sector de actividad empresarial, es decir, depende de la actividad que desarrolla una empresa y, por tanto, es compartido por todas las que trabajan en un mismo negocio, y que compiten entre sí por cubrir con sus bienes y servicios las mismas necesidades. En este entorno se hace referencia a aspectos como la competencia, el capital humano, los clientes, los recursos tangibles, la calidad, etc.



Son numerosos los autores que hablan sobre estos conceptos y muy diferentes las nomenclaturas que utilizan para definirlos, por ello, para evitar confusiones se utilizará una única denominación: *macroentorno* y *microentorno*.

Una vez conocidos estos aspectos, se procede a realizar una matriz DAFO, que se basa, en la realización de un análisis de la situación interna de la organización, que permite diferenciar sus puntos débiles y fuertes (debilidades y fortalezas); así como las circunstancias exteriores, que permite conocer aquellos aspectos que puedan favorecer o perjudicar (oportunidades y amenazas). El objetivo del análisis es ayudar a la empresa a decidir sobre la ubicación más favorable en su entorno (Mestre, 2008).

También resulta de interés nombrar los análisis PEST y PESTEL, que según Iborra et al. (2006) han sido diseñados para estudiar lo que se ha llamado anteriormente entorno general o *macroentorno*. En el análisis PEST se suelen diferenciar cuatro grupos de factores: los económicos, los político-legales, los socioculturales y los tecnológicos. Para el PESTEL se añaden además dos grupos de factores: los factores ecológicos o medioambientales y los legales (Johnson, Scholes, & Whittington, 2007).

En cuanto al análisis del entorno específico o competitivo Iborra et al. (2006) proponen la utilización del “modelo de las cinco fuerzas competitivas de Porter” que consiste en definir el sector industrial desde el punto de vista de la oferta definiendo las cinco fuerzas competitivas del modelo: la rivalidad de los competidores de un sector industrial, los productos sustitutivos, los nuevos competidores y la capacidad de negociación con proveedores y clientes (Porter, 1980, 2009).

Estudios similares

El estudio llamado “Productos de calidad, un servicio de calidad: Factores que conducen al éxito empresarial en la industria del deporte y el ocio” (Berret, Burton, & Slack, 1993), tenía la finalidad de determinar los factores que conducen al éxito de los empresarios de la industria del ocio y el deporte. Estudiaron trece pequeñas empresas del oeste de Canadá, tres de ellas fueron en el sector servicios, cuatro en la fabricación y seis fueron los minoristas.

Los resultados se expresan en tres secciones:

- (a) Características de las empresas y emprendedores: teniendo en cuenta que el entorno económico ha cambiado considerablemente en los 40 años en los que éstas empresas se establecieron, las empresas del estudio tuvieron éxito, al menos en el sentido de que aún estaban en existencia, tiende a sugerir que la suerte o factores como el tamaño del mercado, el potencial de crecimiento, y la falta de competidores son la causa del éxito más que cualquier sistemática económica.
- (b) Los factores internos que afectan el éxito de la pequeña empresa. Hay muchos factores que conducen al éxito en este tipo de empresas relacionadas con el ocio: el compromiso con la calidad del producto o servicio, prestar una gran cantidad de atención a las relaciones laborales y las expectativas de los empresarios con respecto a la recompensa financiera de las empresas que operaban.
- (c) Factores exógenos que afectan el éxito: algunos factores exógenos que influyeron en algunas de estas empresas fueron, por ejemplo, el hecho de que la mayoría de las actividades deportivas y de ocio en las que participaron fueron de carácter estacional y la existencia de diversas dependencias estatales y los reglamentos.

Otro estudio similar es el llamado “Factores críticos de éxito de la industria del software y su relación con la orientación estratégica de negocio: un estudio empírico-exploratorio”



(Gonzalez & Rodenes, 2007), el cual presenta los resultados de un estudio aplicado a empresas del sector de la Industria del Software -IndSw-. Uno de los objetivos perseguidos fue conocer los Factores Críticos de Éxito -FCE- de la IndSw. Los FCE identificados y analizados fueron: Apoyo del Gobierno, Capital Humano, Marketing, Calidad e Innovación. Los resultados de la investigación revelan que es posible identificar la existencia de al menos dos grandes grupos de orientación estratégica -costes y diferenciación- dentro de este sector.

En lo referente al análisis de la relación entre la orientación estratégica de negocio y los FCE de la IndSw, se destacan: Capital Humano, Calidad e Innovación, presentando el resto de FCE analizados una relación poco significativa.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se ha procedido a la creación de una herramienta con los ítems que se van a estudiar y que deben comprender diferentes perspectivas de los campos que se han extraído de las fuentes bibliográficas y de experiencias de profesionales. A continuación, se ha seleccionado un total de 10 expertos doctores en base a los siguientes criterios: más de 15 años de experiencia en el sector, reconocido prestigio, vinculados al ámbito del estudio, de diferentes lugares de la geografía valenciana, así como de perfiles diferentes: técnicos deportivos de administraciones públicas, gestores de empresas de instalaciones deportivas públicas y privadas, investigadores y políticos relacionados con el deporte

Se elaboró la entrevista mediante la utilización de las herramientas anteriormente referenciadas -análisis PEST, PESTEL y DAFO-. La entrevista está conformada por un total de 32 preguntas divididas en dos grandes grupos: el macroentorno, conformado por los siguientes aspectos: el político-social, económico, cultural-ambiental, socio-demográfico y tecnológico-innovación; y el microentorno, conformado por: el capital humano, los ingresos y clientes, la competencia, los costes y los recursos tangibles-calidad.

Para el pase de las entrevistas realizadas a cada experto se ha elaborado una carta personalizada donde se especifican los aspectos más relevantes de la investigación la batería de 32 preguntas, para ello se utilizó el correo electrónico, estableciéndose este sistema como la herramienta principal de comunicación. Una vez recibida contestación afirmativa por parte de los expertos, se acordó la fecha y hora para la realización de la entrevista de forma personalizada y se grabaron estas con un aparato grabador. En función de cada experto, la duración de la entrevista osciló entre 2 y 3 horas. Una vez grabadas las respuestas, se procedió a transcribirlas a ordenador, exponiéndose en este artículo sus resultados.

PARTES DEL CUESTIONARIO

Para la elaboración del cuestionario se tuvieron en cuenta todas las variables que hemos descrito anteriormente agrupadas en factores de influencia ambiental o externa y de influencia organizativa o interna:

Factor Macroentorno

- Político-legal: partido políticos, influencia de las leyes y actuales concursos públicos de gestión deportiva, futuras líneas políticas de la administración
- Económico: situación económica, falta de liquidez y los problemas de crédito, descenso de los ingresos y la demanda, sector más o menos perjudicado



- Cultural-ambiental: situación actual e influencia de la cultura y hábitos deportivos, influencia de la conciencia medioambiental
- Socio-demográfico: influencia del tipo de población (clase social, edad, empleabilidad, nivel cultural, procedencia...) y núcleos poblacionales desatendidos o saturados?

Factor Sector

- Capital humano: Nivel de profesionalización y capacitación, presente y futuro de la gestión del capital humano,
- Clientes e ingresos: demanda de los clientes de instalaciones, estudio de las necesidades y demandas sociales ámbito privado y público, ingresos que podrían aparecer o desaparecer, índice de fidelización y lealtad, capacidad para negociar con los clientes-usuarios y con el cliente-administración.
- Competencia: competencia del sector y fuerza que ejerce, En que se basa esa competencia, posibilidad de entrada de nuevos competidores.
- Rentabilidad y costes: rentables las empresas, costes principales, incremento o reducción de costes,
- Recursos tangibles y calidad: cambios sustanciales en los materiales y equipamientos, innovaciones del sector, calidad de los recursos y sellos de calidad certificada

RESULTADOS

El número de habitantes de España y de la Comunidad Valenciana, conforme a los datos obtenidos Instituto Nacional de Estadística (INE, 2012), son, respectivamente, 47.190.493 y 5.117.19, que supone el 10,84% de la población del país.

Factor político-legal

A nivel general y en relación a la legislación vigente, cabe destacar que la falta de regulación laboral del sector afecta negativamente a las empresas, debido a que no existe una clara diferenciación entre las formadas por profesionales y las que no lo están, lo cual repercute en la confianza que se tiene en las primeras. La incorporación de leyes que regulen el ámbito laboral perjudicaría a corto plazo a muchas empresas que no tienen contratados a técnicos formados, aunque todos los expertos están de acuerdo en que a medio plazo afectaría muy positivamente al sector.

Factor económico

Según (INE, 2012) si comparamos la Comunidad Valenciana con el PIB global, el PIB Servicios, el PIB Servicios de Actividades Sociales y Personales de España vemos que se encuentra entre un 0,14% y 0,5% en peor lugar en proporción con los habitantes, esta situación se agrava con el PIB específico de gestión IIDD de la Comunidad Valenciana, que es un 3,36% inferior a los PIB de España en su conjunto. Todo esto se traduce en una reducción de la renta familiar media anual de los habitantes de esta Comunidad del 9,90% con respecto de la media española. Lo cual significa que la economía general del sector es peor en la Comunidad Valenciana que en el resto de España.

La mayoría de los expertos afirman que la actual situación económica afecta directamente al desempeño de las empresas del sector debido a los recortes causados por la crisis en las administraciones como uno de los principales clientes. Estos recortes han provocado una



disminución de la oferta de servicios o que se busque mayor autofinanciación de los servicios públicos. Es necesaria una adaptación a las necesidades sociales y, según uno de los expertos, esto se lograría creando una oferta asequible y rentable, lo cual obliga a aplicar nuevas ofertas con bajos costes y de calidad media para hacer viables las instalaciones, además obligaría al ajuste de las plantillas de personal mediante la creación de procesos más eficaces. Muchos de los expertos opinan que el mantenimiento y viabilidad de las instalaciones pende de un hilo puesto que existen demasiadas para la demanda general actual, lo cual redundará en un mal reparto de los clientes que termina afectando a las empresas de este sector que ven reducidos sus ingresos. Actualmente las familias priorizarán sus gastos y buscan instalaciones más económicas o la práctica física y deportiva al aire libre como alternativa de bajo o ningún coste.

Hasta hace relativamente poco tiempo, las entidades deportivas no tenían presente en sus modelos de gestión, aspectos relacionados con la sostenibilidad, un hecho que ahora resulta impensable según manifiestan todos los expertos vinculados a la administración pública.

Los problemas de crédito que acarrea todas las empresas de éste y otros sectores afectan a la capacidad de renovar su equipamiento y mejorar la calidad de las instalaciones, lo cual puede redundar en un empeoramiento en la calidad del parque público y privado de las instalaciones deportivas, pero no parece ser la principal amenaza, ya que según manifiestan más del 70% de los entrevistados, afecta de forma mucho más grave la falta de rigor de la administración en los pagos de los servicios a las empresas prestatarias de servicios públicos.

Uno de los entrevistados añade, además, que a las empresas públicas la falta de financiación les afecta de forma más importante debido a los recortes y ajustes que les impiden en muchas ocasiones ofrecer el servicio, mientras que a las privadas les afecta menos ya que pueden llegar a ofrecer servicios sin necesidad de grandes inversiones que necesiten financiación.

En referencia al mercado, al comienzo de la crisis económica se produjo un incremento de la demanda en las instalaciones públicas, debido a los clientes procedentes de las privadas, que buscaban precios más asequibles, pero actualmente la demanda también ha descendido en el sector público ya que incluso los precios públicos no son asequibles para algunos sectores de la población. Situación que se agrava por el aumento de la práctica deportiva no sujeta a entidad alguna -“por libre” o “por su cuenta”-.

Uno de los problemas detectados, por los ciudadanos y profesionales del sector, es la percepción del deporte y la práctica física como una actividad de ocio, y por tanto, como algo fácilmente prescindible en momentos de crisis como la actual. Si se lograra avanzar en la concienciación del deporte como vía de salud, se afianzaría su necesidad y su utilidad masiva y cotidiana, aspecto que redundaría en un crecimiento rápido de la demanda y los clientes potenciales.

Muchos de los entrevistados han sido críticos con el sector al manifestar que un problema generalizado entre las empresas es una mala gestión de sus estrategias de marketing y no la crisis económica. Muchas de estas campañas están basadas en acciones publicitarias masivas en medios de comunicación y obvian las campañas internas, mucho más eficaces y rentables. Sin embargo es cierto que muchas empresas empiezan a tomar conciencia de esta situación y están modificando sus campañas publicitarias enfocándolas más hacia la fidelización y no la captación.

Factor cultural-ambiental

Según García-Ferrando & Llopis (2011), la Comunidad Valenciana se encuentra en la novena posición en el ranking del nivel de práctica deportiva de la población residente con 41 puntos



porcentuales, siendo Navarra con 46 puntos, la que encabeza la lista. Cabe destacar, que la lista cuenta con un total de 19 comunidades autónomas, ocupando la última posición Extremadura con una puntuación de 31%. Puesto que no existe una diferencia proporcional entre todas las CCAA citadas, debemos prestar atención a los resultados y no a la posición, ya que la diferencia con la primera del ranking es reducida y sin embargo con la última es más amplia. Como norma general todos los expertos han observado un incremento de la práctica deportiva en los últimos años y sitúan a la Comunidad Valenciana por encima de la media, aunque también es cierto que, quizás no ha cumplido las expectativas políticas, ya que la oferta es superior a la demanda real y dicho crecimiento no se ve reflejado en los niveles de práctica deportiva, sobre todo de aquellos municipios donde no existe política o desarrollo deportivo. Por otro lado, existe una tendencia generalizada a aumentar la práctica del “deporte para todos” o la práctica individual al aire libre, mientras que la demanda por el deporte más tradicional, reglado y competitivo, decrece. No parece haber acuerdo en cuáles son las demandas principales de los ciudadanos ni en cuáles deben ser las soluciones, llegando incluso a construirse instalaciones destinadas al deporte de élite, aún a pesar de que supone tan sólo un 2-3% de la práctica deportiva total. En lo que sí parece haber acuerdo es en la falta de transferencia de los estudios de demanda y la oferta pública y privada general ya que en la mayor parte de las ocasiones son los clubes los que eligen el producto y luego buscan los clientes en lugar de estudiar sus demandas y confeccionar las ofertas en función de éstas. Algún experto matiza que la cultura deportiva no va ligada a que una ciudad tenga mejores instalaciones, sino a la percepción que los ciudadanos tienen de los dirigentes políticos y frente a la práctica deportiva “una población con menos recursos económicos tiene menor cultura deportiva y prescinde de su práctica porque no está entre sus prioridades, lo cual puede hacer fracasar el servicio si la política deportiva no ha sido correctamente ajustada a la población”.

Factor socio-demográfico

En la Comunidad Valenciana se pueden identificar cuatro grupos de población en función de los hábitos de práctica deportiva: el primer grupo, en base a la clase social es la clase alta y media-alta con un 56% de práctica deportiva, y la nueva clase media con un 46%. Por otro lado, los obreros no cualificados son los que menos práctica deportiva realizan con un 30%. En el segundo grupo, por estudios, son las personas con estudios universitarios superiores las que mayor práctica deportiva realizan con un 59%, y las personas sin estudios y los alumnos que cursan primaria los que menos realizan con un 11% y 33% respectivamente. En el tercer grupo, por edad, predominan los habitantes de entre 15 y 44 años. Y en el cuarto y último grupo, por habitantes, cabe destacar que los hábitos deportivos no dependen del número de habitantes existentes en el municipio, excepto en aquellos con menos de 2.000 habitantes que sí denota un elevado descenso. Hay una ligera tendencia a que los núcleos urbanos más grandes concentren un mayor número de personas que realizan práctica deportiva (García-Ferrando & Llopis, 2011).

Factor capital humano

Un 33% de los empleos en este sector se logran a través de “contactos”, el 47% de los trabajadores no tienen titulación y el 60% no tiene cualificación adecuada para el puesto de trabajo. Por último, cabe destacar que el tipo de relación contractual de la Comunidad Valenciana suele ser temporal -45%-, siendo los contratos fijos lo menos numerosos -11,5%- (Martínez, 2008).

El tipo de empresa que más predomina en la Comunidad Valenciana es la sociedad limitada, con un 90% frente a un 10% que representa a las sociedades anónimas. La mayoría de estas empresas suelen ser micro empresas o empresas pequeñas, con una plantilla de 2 a 9 trabajadores (Einforma, 2012).



La mayor parte de los entrevistados afirman que, en general, falta profesionalización en el sector, pese a que existe una evolución positiva -una mayor profesionalización- motivada por una selección natural causada por la crisis. Otros coinciden en que existe una gran heterogeneidad en cuanto a la procedencia de otros sectores, de las personas que trabajan en el sector. Lo cual ha generado un mercado precario y poco cualificado, sobre todo en los aspectos.

La falta de regulación profesional ocasiona una baja profesionalización, salvo en determinados puestos del sector público, para los que sí se da este control.

En cuanto a la gestión actual de los empleados que desarrollan su actividad en este tipo de actividades, el 90% de los expertos afirman que hay poco seguimiento y empleo de procesos de selección, formación y desempeño. La administración pública no realiza procesos de selección -salvo los estrictos determinados por la ley-, formación o estudios del desempeño. Carece además de sistemas retributivos en función de su desempeño (salvo en determinados puestos) y depende del clima de trabajo para que se desarrollen equipos eficientes.

No hay acuerdo en cuanto a la forma de gestionar el capital humano, algunos de los entrevistados parecen estar muy descontentos en tanto que otros tienen una mejor opinión, si bien todos opinan que se debe mejorar en los procesos, sobre todo el de selección y el rendimiento, -además de que existe una relación clara entre la forma de gestionar el capital humano y el éxito o fracaso de la organización-.

Factor clientes e ingresos

A la pregunta: ¿Qué demandarán nuestros clientes en el futuro? Varios han respondido que las demandas están cada vez más dirigidas hacia el ocio y la salud, entendida como mejora de ésta y con tendencia hacia la atención personalizada, otros opinan que van dirigidas, debido a la lucha contra el sedentarismo y la mejor de la calidad de vida, hacia el crecimiento de instalaciones deportivas enfocadas al *wellness*, el *fitness* y las instalaciones acuáticas no convencionales, las actividades al aire libre y la actividad reglada no competitiva. En un caso, uno de los expertos manifiesta, además, que las demandas van dirigidas a aumentar la práctica entre las mujeres, con tendencia a igualarse con la demanda masculina en los próximos 8 años. Opina, además, que en la población con mayor poder adquisitivo aumentará la demanda de actividades recreativas y relacionadas con la estética. En algunas ocasiones puede haber un nuevo cambio del sector público hacia el privado, debido a disminución de oferta en el sector público por los ajustes y recortes presupuestarios. La tendencia es hacia una práctica deportiva más libre, espontánea, divertida, participativa e informal, alejada de la exigencia y rigideces técnicas y de las competiciones oficiales. Todo lo que implique comprometerse durante mucho tiempo a un horario y días determinados, provoca rechazo ente los adultos. Las demandas de los clientes están orientadas hacia tener diversidad de servicios integrados y valorar un bajo coste de los mismos.

En cuanto a la capacidad e interés por parte de las organizaciones de elaborar estudios e investigación del mercado todos los entrevistados han manifestado su conformidad por la escasa proliferación de estudios de mercado e interés por conocerlo aunque existen excepciones, los grandes ayuntamientos y las grandes empresas del sector. La mayoría de los pequeños municipios y pequeñas empresas llevan a cabo su oferta por ensayo-error.

Respecto al movimiento de los ingresos, se vaticina un descenso ligero de la demanda, equilibrio entre lo público y lo privado y una lenta recuperación hasta el 2020. Quizás el campo más abierto para este tipo de organizaciones sea la diversificación de ingresos mediante el “vending”, tiendas, servicio de entrenador personal, alquiler de taquillas, etc. Resaltan además que quizás pueda haber una mayor concesión y traspaso de competencias de lo público

a lo privado debido como medio de lucha para la gestión del gasto público.

Pero los recursos también pueden desaparecer, un ejemplo es la desaparición de los ingresos procedentes de programas infantiles debido a una mala planificación, dimensionamiento de la oferta y la inversión de la pirámide poblacional, además de los apoyos y ayudas de la administración, aunque volverán en el futuro.

Todos coinciden en que el nivel de fidelización y lealtad de los clientes a los centros deportivos suele ser bajo o muy bajo, alrededor de los 6 meses, y en la mayoría de casos el abandono se produce por no lograr los objetivos planteados.

En lo que respecta a la capacidad de negociar con proveedores manifiestan que con proveedores pequeños es más fácil negociar, mientras que los grandes no hay posibilidad y depende en gran medida de la capacidad de la empresa y del proveedor. Aunque la cosa cambia cuando se producen nuevas compras o adquisiciones, es ahí donde la capacidad de negociación de las organizaciones aumenta.

Factor competencia

El sector deportivo según el Consejo Superior de Deportes (2005) tiene una conflictividad alta, pues compiten instalaciones públicas y privadas de diferentes tipos de organizaciones. El sector público abarca un 56,5%, estando compuesto este porcentaje por lo siguiente: 47,2% los ayuntamientos, 6% los centros educativos y 8,7% el resto de administraciones públicas. El sector privado abarca un 43,5% y se divide en dos grupos: los centros privados no deportivos centros educativos privados-concertados -4,7%-, centros residenciales -20%-, hoteles -4.3%- y otras empresas -2.4%-; y los centros privados deportivos: clubes, asociaciones y federaciones con un 4,5% y las empresas de servicios deportivos con un 7,5%.

Continuando con esta distinción público-privado, en el sector público, el precio de los abonos oscila entre 25-40€/mes *-Premium cost-*; en el privado, los precios están entre los 45-70€/mes *-quality cost-* y entre 15-20€/mes *-low cost-*. La Federación de Consumidores en Acción (FACUA, 2011) realizó una lista sobre los precios generales de algunas provincias españolas, encontrándose la Comunidad Valenciana en el puesto número 9 con un promedio de cuota mensual de 41'90€; la primera posición la ocupa Cádiz con un abono de 33'66€ y la última posición es para Madrid con el precio del abono más caro, 56'45€. Con estos datos queremos destacar que, actualmente, los centros privados ven como competencia al sector público, ya que realmente no hay diferenciación por producto sino por precio. Por ello las empresas *low cost* constituyen una fuerte amenaza. Dentro de este grupo podríamos incluir al sector público, bajo la opinión de algunos expertos del ámbito privado, ya que ejerce mucha fuerza competitiva, posee fuentes de financiación y unas facilidades que el sector privado no posee, condenando al cierre a muchos negocios. Otra competencia, es la oferta de ocio en general, como cines, espectáculos. Otros son más críticos con el sector y manifiestan que falta competitividad, bien porque las instalaciones están programadas y construidas por la administración, o bien porque se vende mal y la competencia depende de la capacidad de cada una de las empresas en crear un valor mayor y contrarrestar las demás ofertas. La amenaza de nuevos competidores parece estar retenida aunque con un 60% de posibilidades de crecimiento *-40% actual práctica deporte-*, España es un mercado suculento para operadores extranjeros. Habrá que ver después de la crisis qué es lo que sucede.

Factor rentabilidad y costes

La relación existente entre la creación de empresas y la facturación media no siempre es proporcional en incluso en ocasiones es inversa, es decir, basándonos en Einforma (2012) una bajada de la facturación global no implica un descenso en la creación de nuevas empresas.



En 2006 hubo un crecimiento empresarial del 4,0% y las ventas aumentaron un 0,6%; en el 2007 se produjo un importante aumento de las ventas del 7,5%, pero, en cambio, descendió el crecimiento empresarial hasta un -5,7%, el cual se mantuvo durante el 2008 llegando al -9,7%. En 2010 se registró un crecimiento empresarial del 15,4%, manteniéndose en cifras positivas hasta el año 2011, donde se produce un 3,0%. Las ventas en cambio registraron un descenso en el 2008 del -4,1%, continuando con cifras negativas hasta el 2011, -4,0%; en resumen, durante los últimos cinco años se ha producido una disminución de las ventas y un crecimiento empresarial.

Los resultados económicos de los últimos seis años indican que el 55% de las empresas han obtenido un promedio negativo de resultados con -63.322€, y el 45% de la empresas un promedio positivo de +28.794€ de beneficios (Einforma, 2012). Los posibles motivos de estos resultados negativos consolidados en los últimos seis años pueden ser: una mala gestión económico-financiera y falsedad en las cuentas para evadir impuestos, aunque no hay datos sobre esto. Los aspectos más relevantes para la rentabilidad del servicio según los expertos son: el alquiler y la ubicación geográfica. La falta de rentabilidad viene acompañada en muchas ocasiones por una mala relación calidad-precio, además de que en muchos concursos públicos la administración ha impuesto condiciones poco realistas y los empresarios han sido temerarios, ya que han contado con que posteriormente re-negociarían la situación. La mayoría de los expertos opina que las instalaciones públicas no son rentables ni lo pueden ser, pero que las privadas sí deben serlo, sobre todo si han desarrollado su proyecto, con un plan de viabilidad realista.

Por otro lado, destacan los elevados gastos fijos y el poco margen de acción. La partida de gastos media se desglosa en los siguientes conceptos: 42% en personal, 25% en mantenimiento y alquiler, 10% en amortizaciones, 4% en intereses, 15% en consumos y 4% en otros gastos. Así pues, la mayor partida de gastos es en conceptos de personal y mantenimientos y alquileres. Todos los expertos coinciden en que el coste principal es el personal, y que debe rendir lo suficiente para sostener los gastos que genera. Por otro lado, los costes de mantenimiento de algunas instalaciones no se corresponden con su demanda real y su aprovechamiento, como es el caso de las piscinas. La mitad de los entrevistados opinan que subirán los suministros y los gastos de mantenimiento, pero los derivados del personal se estabilizarán o disminuirán incluso.

Factor recursos tangibles y calidad

En un estudio sobre la calidad de las instalaciones deportivas se elaboró un Indicador Sintético de Instalaciones Deportivas - I.S.I.D. - el cual sitúa a la Comunidad Valenciana con un -4'10 - en el tercer puesto empezando por el final-, siendo el primero de la lista Baleares con un 15,76% y el último, con un -10,49%, Murcia (Burillo, Rodríguez-Romo, Gallardo, Salinero, & García-Tascon, 2010).

Varios de los expertos creen que “se deben hacer estudios sectoriales de cada población, reivindicando el papel de gestor como investigador, ya que puede afectar al éxito y futuro competitivo de las empresas” lo que preocupa más a la iniciativa privada y menos a la pública que es más global y genérica.

A la pregunta de si existen núcleos poblacionales desatendidos o saturados de oferta, resaltan que los núcleos saturados son los que más rentables resultan: el deporte escolar y la tercera edad, aunque estos últimos están sufriendo una regresión debido a la dificultad de rentabilizar dichos servicios. En cuanto a deportes específicos el pádel y la natación destacan como los que más oferta reciben. Y en cuanto a núcleos desatendidos cada vez existen menos, ya que los ciudadanos tienen la capacidad de quejarse y demandar los servicios para dichos núcleos.

Sin embargo, podemos nombrar como desatendidos a los discapacitados -debido a la baja rentabilidad- y a la mujer. Para los primeros sería recomendable una oferta verdaderamente socializadora e integradora, y para el segundo colectivo una oferta más específica y pensada en sus necesidades y sus mayores dificultades para desarrollar su tiempo de ocio.

En cuanto a la percepción de la calidad de las instalaciones deportivas, en general se percibe que en los centros privados es muy alta, similar a los centros extranjeros, sin embargo, los centros públicos tienen un nivel más bajo, algunos están al borde del riesgo sanitario, ya que se hace una inversión inicial fuerte, pero luego no hay un plan de reinversión. Básicamente se detectan 2 tipos de instalaciones: unas obsoletas y antiguas, y otras muy modernistas aunque concebidas desde una perspectiva convencional y poco innovadora. Sobre todo se destaca la necesidad de un plan de modernización y reforma de las instalaciones actuales más que la creación de nuevas.

No se ha encontrado consenso de los expertos respecto a la calidad de los servicios prestados ya que se detectan muchas posiciones antagónicas debidas, posiblemente, a las diferentes experiencias y perspectivas de cada uno de ellos, lo cual lleva a pensar que hay una gran diferencia entre los servicios prestados en centros privados y públicos, y que no depende del tipo de propiedad sino de la gestión que se hace de los recursos disponibles.

CONCLUSIONES

El sector de la gestión de instalaciones deportivas se encuentra en una situación difícil de afrontar. La rentabilidad de las empresas del sector antes de la subida del IVA al 21% estaba mermada por un exceso de competencia y saturación de oferta público-privada, actualmente la situación aún es más crítica debido a este decrecimiento de los ingresos.

La Comunidad Valenciana se encuentra en una posición de desventaja respecto al resto de España, produce menos y sus ciudadanos tienen menos poder adquisitivo, lo cual acarrea que las actividades deportivas queden en muchas ocasiones en un segundo plano justificando así los resultados obtenidos.

Al sector le falta profesionalización ya que no parece tomarse en serio aspectos como la selección o titulación necesaria para el desempeño de sus empleados y carece de estrategias para una adecuada conducción y rentabilidad de sus equipos de trabajo.

El futuro del sector pasa por una conversión del tejido asociativo y de buena voluntad a una visión más empresarial y sostenible del modelo actual, con la aplicación de procesos de investigación del mercado, medición de resultados y toma de decisiones.

El mercado de demanda parece ser uno de los aspectos más positivos del sector y que parece gozar de buena salud, puesto que las perspectivas parecen avanzar un crecimiento lento pero constante.

Las diferencias entre los diferentes tipos de ciudadanos a la hora de elegir la práctica deportiva determina en gran parte el éxito de los programas deportivos de las diferentes localidades aunque por supuesto estas administraciones deben saber canalizar y cubrir dichas demandas.

Uno de los retos que parece difícil de salvar es la falta de lealtad de los clientes en las instalaciones deportivas ya que parece que gran parte de las personas que se inscriben en un centro no permanecen en él mucho tiempo ocasionando una alta rotación en los centros y la obligación de lanzar constantemente promociones de nueva captación.



La competencia del sector parece ser el peor de los factores, incluso peor que la situación económica puesto que constantemente se copian los modelos y la diferencia más sustancial parece residir en el precio de los servicios. A los clientes les es difícil valorar cuál es el precio adecuado para uno u otro servicio cosa que sería conveniente tener en cuenta para futuras líneas de investigación, ya que puede ser determinante para el éxito de un proyecto. Pero no sólo hay que tener en cuenta la calidad de la competencia, la cantidad es muy superior a la demanda real lo cual ocasiona tensiones de rentabilidad difíciles de salvar. La pregunta que hay que hacerse ahora es ¿Qué diferencia o beneficia a unas empresas respecto a otras para que aproximadamente la mitad tenga mínimos márgenes de rentabilidad y la otra mitad tenga pérdidas importantes que hacen difícil su sostenibilidad? Pero también ¿Qué poder de atracción tiene el sector para que en una situación tan complicada crezca en número de empresas?

BIBLIOGRAFÍA

- Berret, T., Burton, T. L., & Slack, T. (1993). Quality products, quality service: factors leading to entrepreneurial success in the sport and leisure industry. *Leisure Studies*, Vol. 12. Nº2. pp. 93-106 .
- Burillo, P., Rodríguez-Romo, G., Gallardo, D., Salinero, J. J., & García-Tascon, M. (2010). La distribución territorial de la oferta de instalaciones deportivas en España. Clasificación de las Comunidades Autónomas en función del ISID. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 100, 56-65.
- Centro de Investigaciones Sociológicas. (2010). *Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*.
- Consejo Superior de Deportes. (2005). *Censo Nacional de instalaciones deportivas 2005. ESPAÑA*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- DBK. (2010). *Estudio sobre sectores: Gestión de instalaciones deportivas*. Madrid: Base Einforma.
- DBK. (2011). *Estudio de sectores: gimnasios*. Madrid: Base einforma.
- Einforma. (14 de septiembre de 2012). *Estudios sectoriales DBK*. Obtenido de <http://www.einforma.com/>
- Federación de Consumidores en Acción (FACUA). (17 de Agosto de 2011). *Boletín número 732. Gimnasios en España*. Obtenido de <http://www.facua.org/>
- Gallardo, D., Sánchez, M. I., & Corchuelo, M. B. (2008). Validación de un instrumento de medida para la relación entre la orientación a la responsabilidad social corporativa y otras variables estratégicas de la empresa.
- García-Ferrando, M., & Llopis, R. (2011). *Ideal democrático y bienestar personal: Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: CIS.
- Hernandez-Girón, J., Yescas, M., & Dominguez, M. (2007). Factores de éxito en los negocios de artesanía en México. *Estudios Gerenciales*, 23,104, p77-99.
- Iborra, M., Dasi, A., Dolz, C., & Ferre, C. (2006). *Fundamentos de dirección de empresas*. Madrid: Paraninfo.
- INE. (15 de septiembre de 2012). *Instituto nacional de estadística [sitio web]*. Obtenido de <http://www.ine.es/>
- Johnson, G., Scholes, K., & Whittington, R. (2007). *Exploring Corporate Strategy (8th ed.)*. London: Prentice Hall.
- Martínez, G. C. (2008). *Los recursos humanos de la actividad física y del deporte: funciones y características sociodemográficas laborales y formativas*. Valencia: Tirant Lo Blanch.
- Mestre, J. (2008). *Planificación estratégica del deporte*. Madrid: Editorial Síntesis.
- Porter, M. (2008). Las cinco fuerzas competitivas que le dan forma a la estrategia. *Harvard*



Bussiness Review. América latina, Vol. 86, Nº.1, págs. 58-77.

Porter, M. E. (2009). *Estrategia competitiva. Técnicas para el análisis de la empresa y sus competidores*. Madrid: Ediciones Pirámide.

Sánchez, J. (2011). *Business & Fitness*. Barcelona: UOC.





OBESIDAD Y EJERCICIO FÍSICO EN EL MEDIO ACUÁTICO

Sebastien Borreani

Colegiado nº 52.467 (Comunitat Valenciana).

Laboratorio de Actividad Física y Salud. Universidad de Valencia (España)

RESUMEN

La obesidad es una enfermedad que se expande rápidamente en el mundo y que conlleva un aumento de las enfermedades asociadas y del gasto sanitario. El ejercicio físico es una herramienta fundamental para prevenir y tratar la obesidad. Para ello, el medio acuático es ideal para esta población, ya que reduce el impacto osteoarticular, las caídas y permite un gasto energético más alto con movimientos más lentos. Así lo comprueban diversos estudios, demostrando su eficacia tanto para reducir la masa grasa como para mejorar los riesgos asociados a la obesidad (p.e. dislipidemia, osteoartritis, diabetes, capacidad funcional, dolores lumbares...). Este artículo recoge los últimos hallazgos científicos sobre el ejercicio físico para tratar la obesidad, desde una perspectiva general hasta la literatura específica del medio acuático.

Palabras clave: Obesidad, medio acuático, salud, gasto energético.

Title: *Obesity and exercise in water environment*

ABSTRACT: Obesity is a disease growing as a global trend and the consequences are an increase risk of developing associated diseases and greater health costs. Exercise is a basic tool for the prevention and treatment of obesity. Water environment is appropriate for this population since impacts and risk of fall are low, and additionally, greater energy expenditure can be achieved with slower movements. Several studies showed the effectiveness of aquatic exercise to decrease fat mass and to improve risks associated to obesity (e.g. dyslipidemia, osteoarthritis, diabetes, functional capacity, low back pain...). This article encompasses recent scientific findings on exercise to treat obesity starting from a general perspective and progressively focusing to the specific literature about aquatic exercise.

KEY WORDS: Obesity, water environment, health, energy expenditure.

* Correo electrónico: sborreani@yahoo.es



El sobrepeso y la obesidad se definen como un índice de masa corporal (IMC) superior a 25 y 30 respectivamente. En conjunto, el sobrepeso y la obesidad suponen más del 66.3% de la población adulta en Estados Unidos (ACSM, 2009). Contribuyen a las enfermedades cardíacas, a la hipertensión, a la diabetes, y a algunos cánceres, así como a dificultades psicosociales y económicas, entre otras. El riesgo de enfermedades va asociado directamente al IMC, siendo el perímetro abdominal un agravante en caso de superar 88 y 102 en mujeres y hombres respectivamente. Se estima en 117 billones de dólares el coste anual estadounidense para perder peso (ACSM, 2009).

El ejercicio físico es beneficioso en general (Tabla 1) y en concreto para personas obesas (Rubio, Salas-Salvadó, Barbany, Moreno, Aranceta, Bellido et al., 2007), independientemente de la pérdida de grasa. De hecho, es más saludable estar en forma físicamente teniendo sobrepeso u obesidad que ser sedentario con un normopeso (Lee, Blair & Jackson, 1999).

Tabla 1. Beneficios de la actividad física en general (Adaptado de Kruk, 2009)

- Reduce el riesgo de sobrepeso y obesidad a cualquier edad
 - Reduce el riesgo de enfermedad cardiovascular (enfermedad coronaria, infarto, problemas en vasos sanguíneos)
 - Reduce el riesgo de desarrollar diabetes
 - Reduce el riesgo de desarrollar hipertensión
 - Reduce la presión arterial en personas con hipertensión
 - Reduce el riesgo de algunos cánceres (colon, mama, intestino, endometrio, pulmón, próstata)
 - Ayuda a mantener o aumentar la masa muscular y la fuerza
 - Previene la osteoporosis, pérdida de hueso y fracturas
 - Mejora la funcionalidad en personas con osteoartritis
 - Mejora la salud mental
 - Mejora la calidad de vida y la capacidad funcional a cualquier edad
 - Reduce el riesgo de caídas y lesiones
 - Reduce el sentimiento de ansiedad y depresión
 - Reduce el riesgo de morir de forma prematura
 - Mejora la calidad del sueño
 - Promueve el bienestar psicológico y reduce el estrés
 - Ayuda a los ancianos a tener una vida independiente más tiempo
 - Ayuda a prevenir los riesgos comportamentales como el consumo de alcohol, tabaco y drogas
 - Disminuye las bajas laborales
-

El incremento de la actividad física es además una de las primeras medidas a tomar, junto a la restricción calórica y a cambios en los hábitos de actividad diaria, para lograr perder peso (ACSM, 2009; Rubio et al., 2007).



Una pérdida inicial del 3% del peso corporal es suficiente para disminuir los riesgos crónicos asociados a la obesidad y esto puede lograrse con 150 a 250 minutos de actividad física semanal a una intensidad moderada o vigorosa, con un gasto energético de entre 1200 y 2000 kcal. Se recomienda más de 225 minutos semanales de actividad física junto a una restricción calórica para una pérdida sustancial de peso (ACSM, 2009), el ejercicio deberá ser aeróbico o aeróbico y neuromuscular combinado (ACSM, 2009; Ismail, Keating, Baker & Johnson, 2012). Aunque el entrenamiento neuromuscular tenga unos fundamentos teóricos (figura 1) para fomentar la pérdida de peso, por sí sólo no permite perderlo (ACSM, 2009; Ismail et al., 2012), sin embargo, sí es eficaz para mantener la masa muscular y por tanto la tasa metabólica de reposo, aumentar HDL-c, disminuir LDL-c, disminuir triglicéridos, aumentar la sensibilidad a la insulina, reducir la concentración de glucosa plasmática y reducir la presión arterial sistólica y diastólica (ACSM, 2009). Lo más recomendable es realizar un entrenamiento concurrente aeróbico y neuromuscular, sin importar el orden de estos ya que no parece ser un factor influyente en el gasto energético (Panissa, Bertuzzi, de Lira, Júlio & Franchini, 2009). Sin embargo, si el propósito de la sesión fuera otro, cabría tener en cuenta el orden, ya que por ejemplo, si se realiza primero neuromuscular y luego aeróbico, las ganancias de fuerza son mayores que al revés (Cadore, Izquierdo, alberton, Pinto, Conceição, Cunha et al., 2012). En el medio acuático no hay estudios al respecto, salvo Pinto (datos aún no publicados) que demostró que si el orden es primero neuromuscular y luego aeróbico, las ganancias de fuerza y masa muscular son mayores que al revés y las ganancias cardiorrespiratorias son las mismas independientemente del orden.

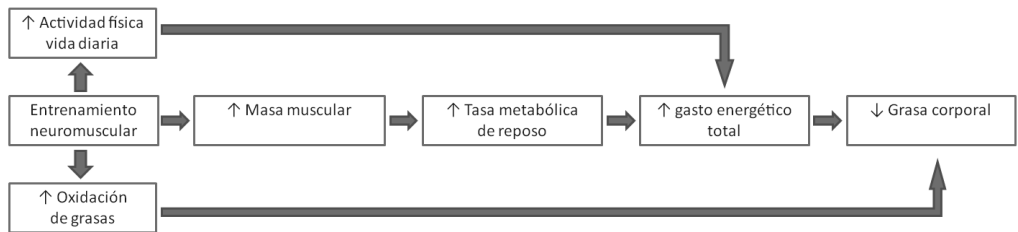


Figura 1. Mecanismo teórico de pérdida de grasa mediante el entrenamiento neuromuscular

Existe la creencia, muy difundida, la cual indica que la mejor forma de oxidar grasas (“quemar grasa”) es en un ejercicio moderado (60-70% FC_{max}) de más de 30 minutos, basándose únicamente en las vías metabólicas, de carácter relativo, durante la realización de ejercicio físico. Sin embargo, Melanson, Sharp, Seagle, Horton, Donahoo, Grunwald et al. (2002) observaron que ni el ejercicio intenso (400 kcal a 70% VO_{2max}) ni el suave (400kcal a 40% VO_{2max}) oxidan más grasa en 24 horas que un grupo control que no entrena. Aunque, ambos grupos de entrenamiento oxidaron más carbohidratos y gastaron más energía en 24 horas que el grupo control. De forma aguda, el ejercicio intenso genera mayor oxidación absoluta de carbohidratos y la misma oxidación absoluta de grasa que el ejercicio suave. Además, el ejercicio intenso tanto interválico como continuo genera mucho mayor consumo de oxígeno post-ejercicio que el ejercicio moderado (Laforgia, Withers & Gore, 2006). El consumo de oxígeno post-ejercicio aumenta de forma lineal con la duración y exponencial con la intensidad del ejercicio (Laforgia et al., 2006). Además, sumar intervalos de ejercicio a lo largo del día es una alternativa eficaz al ejercicio continuo (ACSM, 2009). La revisión de Boutcher (2011) indica que el ejercicio intermitente de alta intensidad es eficaz y seguro para perder grasa abdominal y subcutánea, para mejorar el VO_{2max} y para mejorar la sensibilidad a la insulina, incluso más que con otros modos de ejercicio a intensidad estable (“steady-state”). El típico protocolo intenso es el test de Wingate, que consiste en pedalear 30 segundos al máximo en bicicleta estática con una resistencia alta. Un entrenamiento intermitente habitual sería realizar entre 4 y 6 Wingates



con 4 minutos de descanso entre series, 3 veces por semana. Una persona sedentaria no podría afrontar tal entrenamiento, sin embargo, es posible que hubiese que seguir una progresión adecuada que tendiese hacia este tipo de entrenamiento.

No existen estudios, que conozcamos, que hayan realizado una intervención de entrenamiento interválico o continuo intenso en el medio acuático midiendo el efecto en el tejido adiposo. Por otro lado, cuanto mayor es la eficiencia mecánica muscular para realizar un movimiento, menor es el gasto calórico, por tanto, actividades que impliquen movimientos en los que la persona esté poco familiarizada supondrán un gasto energético más alto. En este sentido, el medio acuático es una opción a tener muy en cuenta. Además, la mayoría de las actividades cardiovasculares y de fuerza prescritas en tierra se realizan cargando con el propio peso corporal. El entrenamiento con el propio peso corporal puede no ser el más adecuado para todos los individuos ya que pueden presentar contraindicaciones o limitaciones hacia actividades de esta naturaleza (Meredith-Jones, Waters, Legge & Jones, 2011). En el medio acuático las actividades se realizan prácticamente sin el peso corporal, en función del grado de inmersión y es por tanto una alternativa eficaz y segura para incrementar el fitness cardiorrespiratorio y la fuerza (Campbell, D'Acquisto L.J., D'Acquisto D.M. & Cline, 2003; Takeshima, Rogers, Watanabe, Brechue, Okada, Yamada et al., 2002).

Debido al componente de flotación en el agua, las fuerzas compresivas son menores en las articulaciones y por tanto, las lesiones son escasas. Por ello, es una forma ideal de ejercicio para obesos, ancianos, y pacientes con osteoartritis (Meredith-Jones et al., 2011; Becker, 2009). Nadar es la forma más popular de ejercitarse en el medio acuático, sin embargo, requiere de una gran destreza técnica para mantener un ejercicio a carga constante (Koury, 1996). Andar en agua profunda, andar en agua poco profunda, bicicleta acuática y ejercicios neuromusculares en posición vertical en agua poco profunda son alternativas que están creciendo en popularidad en la población sedentaria o que no tiene las habilidades para nadar. Sorprendentemente, se sabe muy poco acerca de los efectos de estas alternativas sobre la promoción de la salud y la prevención de enfermedades (Meredith-Jones et al., 2011).

Algunos estudios no logran pérdidas en peso corporal y/o mejoras en la composición corporal ni en agua profunda ni en agua poco profunda (Meredith-Jones et al., 2011), mientras que otros sí observan cambios significativos como vemos a continuación.

El entrenamiento cardiovascular en agua profunda, realizando 3 sesiones de 60 minutos durante 12 semanas al 70-75% de la frecuencia cardíaca máxima en ese mismo modo específico, logró un aumento de 13% del VO₂ pico, una reducción de 4.9% del perímetro de cintura, sin cambios en el peso corporal, y un aumento de 20% de la fuerza de miembros superiores y de 32-33% de mejora de la fuerza de los miembros inferiores, en 18 mujeres sedentarias con sobrepeso (Meredith-Jones, Jones & Legge, 2009).

El estudio de Gappmaier, Lake, Nelson & Fisher (2006) comparó 3 grupos de entrenamiento, un grupo que anda en tierra, otro que anda en agua poco profunda con una inmersión a nivel del ombligo y un grupo que realiza natación. En total, 38 mujeres obesas, repartidas en los 3 grupos realizan el mismo entrenamiento que consistió en 4 sesiones semanales de 40 minutos al 70% de la FC máxima teórica, además de una restricción calórica. Todos los grupos perdieron peso (5.9kg), redujeron su porcentaje de grasa (3.7%), su perímetro de cintura (6cm) así como los pliegues cutáneos, aunque no se puede conocer el efecto independiente del ejercicio por la restricción calórica. No se encontraron diferencias significativas entre los diferentes grupos.

Otro estudio de 8 meses de entrenamiento de aquaeróbic en agua poco profunda resultó en una reducción significativa de 2.2% del peso corporal y 14% de porcentaje de grasa en mujeres



de mediana edad con normopeso (Saavedra, De La Cruz, Escalante & Rodriguez, 2009). Además, 16 semanas de entrenamiento en circuito en agua poco profunda resultaron en una reducción significativa de 1.4kg de peso corporal y 4.3mm de suma de pliegues en hombres con enfermedad coronaria (Volaklis, Spassis & Tokmakidis, 2006).

El estudio de Colado, Triplett, Tella, Saucedo & Abellan (2009) comparó 3 grupos de mujeres posmenopáusicas con sobrepeso durante 24 semanas. Un grupo entrenaba con bandas elásticas en tierra, otro en agua poco profunda con materiales que aumentan la resistencia por la superficie de área y otro grupo control. El entrenamiento fue periodizado de forma progresiva de 2 a 3 días por semana de 35 a 60 minutos por sesión, de 1 a 3 series, de 20 a 15 repeticiones y controlando la intensidad mediante la escala de percepción del esfuerzo OMNI-RES desde 5 hasta 7. Ambos grupos experimentales aumentaron por igual la masa libre de grasa, redujeron la masa grasa, el IMC y el perímetro de cintura de forma significativa. Del mismo modo, ambos grupos experimentales mejoraron por igual la capacidad funcional y redujeron la presión arterial diastólica. Sin embargo, no mejoraron los parámetros metabólicos (Colesterol total, HDL, LDL, Triglicéridos) salvo el grupo de bandas elásticas que aumentó HDL y el ratio HDL/ Colesterol. Aunque si es de destacar que mantuvieron estos parámetros estables mientras que el grupo control empeoró significativamente. Finalmente, ambos grupos experimentales mejoraron la glucosa plasmática en ayunas de forma significativa y por igual.

La falta de sensibilidad a la insulina lleva a la diabetes de tipo II. La resistencia a la insulina favorece también el síndrome metabólico. El aumento de la obesidad y la prevalencia del sedentarismo explican el aumento epidémico de la diabetes tipo II (Meredith-Jones et al., 2011). Uno de los mecanismos por el cual el ejercicio previene la diabetes es por el aumento de la sensibilidad a la insulina (Maiorana, O'Driscoll, Goodman, Taylor & Green, 2002). El estudio de Nowak, Pilaczynska-Szczesniak, Sliwicka, Deskur-Smielecka, Karolkiewicz & Piechowiak (2008) analizó el efecto de 3 meses de entrenamiento cardiovascular de 2 sesiones de 1 hora por semana, en agua poco profunda aunque se desconoce la profundidad de inmersión. Las 12 mujeres obesas mejoraron la tolerancia a la glucosa, redujeron también su colesterol total y LDL mientras que el HDL, triglicéridos y el peso corporal se mantuvieron. En la misma línea, 12 semanas de entrenamiento en agua profunda lograron mejorar la glucosa y la sensibilidad a la insulina en un grupo de 8 mujeres con sobrepeso y con problemas de tolerancia a la glucosa (Jones, Meredith-Jones & Legge, 2009). Entrenaron 3 veces a la semana, 60 minutos combinando entrenamiento neuromuscular y cardiovascular en circuito al 70-75% de la frecuencia cardiaca máxima en el modo específico.

Las personas obesas suelen tener alguna reducción de la movilidad funcional o incluso osteoartritis, de hecho, las personas con obesidad crónica tienen el doble de posibilidad de padecerla (Sturmer, Gunther & Brenner, 2000). La revisión sistemática y meta-análisis de Batterham, Heywood & Keating (2011) indica que no hay diferencia entre rehabilitarse de esa osteoartritis en el medio acuático o terrestre y por tanto, personas con grandes limitaciones en la movilidad y que no son capaces de ejercitarse en tierra pueden realizar ejercicio en el medio acuático de forma alternativa. Lim, Tchai & Jang (2010) realizó un estudio clínico aleatorizado muy interesante en el que midió el efecto del ejercicio acuático en 75 pacientes obesos con osteoartritis. Un grupo entrenaba en tierra, otro en agua y otro era el grupo control. El entrenamiento consistió en 8 semanas, 3 sesiones a la semana de 40 minutos por encima del 65% de la frecuencia cardiaca máxima. El entrenamiento fue una combinación de ejercicios aeróbicos y neuromusculares. El grupo que entrenó en agua presentó una reducción de la grasa corporal proporcional y mejoras en el dolor, en la discapacidad y en la calidad de vida. La mejora del dolor fue superior en el grupo acuático que en el terrestre. Los autores concluyen que el ejercicio acuático es una herramienta eficaz para pacientes obesos que tienen dificultad



para realizar ejercicio activo debido a la osteoartritis en la rodilla. A modo de curiosidad es interesante destacar abandonos producidos en el grupo de tierra debido al dolor durante el ejercicio lo que no ocurría en el agua por las propiedades específicas de este medio, el cual alivia el dolor. Becker (2009), en su revisión, indica que el medio acuático es una herramienta eficaz para tratar la osteoartritis ya que aumenta el rango de movimiento, se reduce el dolor y mejora la capacidad funcional y la fuerza.

Las personas obesas tienen un alto riesgo de sufrir dolores lumbares. Se prescribe frecuentemente el ejercicio en el medio acuático ya que la flotación reduce las cargas axiales en la columna vertebral, y además, la presión hidrostática y la temperatura del agua ayudan al equilibrio y al control del dolor respectivamente (Waller, Lambeck & Daly, 2009). Por esto, gracias al agua, personas con dolores lumbares pueden realizar movimientos que serían incapaces de realizar en tierra. La revisión sistemática de Waller et al. (2009) indica que el ejercicio terapéutico en el medio acuático es seguro y eficaz para tratar pacientes con dolor crónico en la zona lumbar. Sin embargo, no existe un acuerdo sobre el modo, tiempo, frecuencia, intensidad y características del ejercicio.

El gasto energético de las actividades es un parámetro importante de conocer para generar el mejor déficit calórico posible a la hora de buscar la pérdida de peso. Durante la carrera sobre cinta en el medio acuático, el consumo de oxígeno (VO_2) es 3 veces mayor que en tierra, a una velocidad dada (53m/min), debido a la densidad del flujo que genera resistencia frontal de área en el desplazamiento horizontal del cuerpo, por lo que el mismo efecto en el entrenamiento se puede alcanzar a una velocidad de movimiento menor (Evans, Cureton & Purvis, 1978; Gleim & Nocholas, 1989; McArdle, Katch F.I. & Katch V.L., 1991). Otro ejemplo es que para igualar la intensidad (VO_2 , lactato, frecuencia cardiaca y esfuerzo percibido) y el gasto energético habría que andar el doble de rápido en tierra que en agua poco profunda, inmerso a la apófisis xifoides (Masumoto, Shono, Hotta & Fujishima, 2008; Shono, Fujishima, Hotta, Ogaki, Ueda, Otoki et al., 2000). Sin embargo, en la carrera estática, el VO_2 es menor en agua que en tierra, a una velocidad dada, debido al componente de flotación y a la ausencia de desplazamiento horizontal (Alberton, Cadore, Pinto, Tartaruga, da Silva & Krueel, 2011). En una sesión de entrenamiento neuromuscular en agua poco profunda, el uso de material como el de Speedo, que aumenta la resistencia por la superficie frontal de área, genera mayor VO_2 y gasto energético que realizar el ejercicio sin material, ambos protocolos a la máxima velocidad de ejecución posible, además de registrarse un mayor consumo de oxígeno post-ejercicio (de Souza, Pinto, Kanitz, Rodrigues, Alberton, da Silva & Krueel, 2012). Adicionalmente, comparando 2 protocolos idénticos realizando o bien 3x20 o 6x10, se encontró que ambos generan el mismo VO_2 y gasto energético por minuto, así como consumo de oxígeno post-ejercicio (de Souza et al., 2012). Durante el ejercicio cardiovascular en el medio acuático, el entrenamiento continuo (3.2 kcal/min) genera menor gasto energético que el entrenamiento interválico (4.6 kcal/min) (Krueel, Posser, Alberton, Pinto & Oliveira, 2009). El estudio de Raffaelli, Lanza, Zanolla & Zamparo (2010) aporta muchas aclaraciones en cuanto a la intensidad de los movimientos habituales de las clases aeróbicas en el medio acuático. En cuanto a la selección del movimiento en el entrenamiento cardiovascular, el realizar diferentes movimientos juntos no cambia la intensidad a realizarlos por separado. Cuanto mayor es la frecuencia de movimiento mayor es la intensidad. Los movimientos básicos realizados en clases de aquagym se pueden agrupar en 3 clases por su intensidad relativa basándose en la clasificación de la ACSM (1998):

Clase 1 (ligero-moderado): “Saltar sobre el sitio abriendo y cerrando las piernas” y “Saltar sobre el sitio moviendo las piernas adelante y atrás”

Clase 2 (moderado): “Correr sobre el sitio alzando las rodillas arriba”



Clase 3 (duro): “Patadas alternas” y “Patadas laterales alternas”

Los movimientos de la clase 3 realizados a una velocidad baja supondrán una intensidad adecuada lo cual podría ser ventajoso para personas que no pueden aumentar sustancialmente la cadencia.

En la misma línea, Pinto, Alberton, Becker, Olkoski & Krueel (2006), al realizar dos movimientos con y sin materiales a una cadencia de 80 bpm, mostraron que el cross country sky es más intenso (VO_2 y frecuencia cardiaca) que el jumping jack, probablemente por un mayor rango de movimiento y una mayor musculatura implicada. Además, el uso de equipamientos resistentes de área genera mayor respuesta cardiorrespiratoria, ya que la velocidad se mantiene mientras que la superficie frontal es mayor.

La carrera en agua poco profunda, con inmersión a la apófisis xifoides, puede generar hasta 11.7 y 7.6 METs en jóvenes y ancianos, respectivamente, que realicen un esfuerzo máximo (Campbell et al., 2003). A continuación, en la tabla 2, se puede observar la relación entre los METs, la frecuencia cardiaca y la percepción del esfuerzo a 5 diferentes niveles de intensidades submáximas en andar-carrera en agua poco profunda.

Tabla 2. Relación entre la percepción del esfuerzo y variables fisiológicas

Percepción del esfuerzo en escala Borg (6-20)	Jóvenes			Ancianos		
	%FC _{max}	%VO _{2pico}	kcal/min	%FC _{max}	%VO _{2pico}	kcal/min
9	57	40	4,4	56	40	3,0
10,5	64	50	5,5	61	50	3,6
12	70	60	6,7	66	60	4,3
13	76	70	7,8	72	70	5,0
14	83	80	8,9	77	80	5,8

FC_{max} = Frecuencia Cardiaca máxima; VO_{2pico} = Consumo pico de oxígeno

En conclusión, el entrenamiento neuromuscular y cardiovascular, tanto en agua poco profunda como profunda, son una herramienta eficaz y segura para personas obesas. En general, se logran mejoras en la composición corporal, en las variables metabólicas y en la capacidad funcional, de forma que se mejora tanto las consecuencias directas como indirectas de esta enfermedad. El medio acuático ofrece además la posibilidad de alcanzar un gasto energético alto con movimientos más lentos, y mejor aún es utilizar implementos, que incrementan el gasto energético a la vez que reducen la velocidad de ejecución. Sin embargo, la profundidad, intensidad, duración y frecuencia óptima no están claras, así como la diferente eficacia entre agua profunda y poco profunda y entrenamiento cardiovascular y neuromuscular.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberton, C.L., Cadore, E.L., Pinto, S.S., Tartaruga, M.P., da Silva, E.M. & Krueel, L.F. (2011). Cardiorespiratory, neuromuscular and kinematic responses to stationary running performed inwater and on dry land. *Eur J Appl Physiol*, 111(6):1157-66.
- American College of Sport Medicine: Position Stand. (1998). The Recommended Quantity and Quality of Exercise for Developing and Maintaining Cardio-Respiratory and Muscular Fitness, and Flexibility in Healthy Adults. *Med Sci Sports Exerc*, 30:975-991.



- American College of Sports Medicine: Position Stand. (2009). Appropriate physical activity intervention strategies for weight loss and prevention of weight regain for adults. *Med Sci Sports Exerc*, 41(2):459-71.
- Batterham, S.I., Heywood, S. & Keating, J.L.(2011). Systematic review and meta-analysis comparing land and aquatic exercise for people with hip or knee arthritis onfunction, mobility and other health outcomes. *BMC Musculoskelet Disord*,12:123.
- Becker, B.E. (2009). Aquatic therapy: scientific foundations and clinical rehabilitation applications. *PM R*, 1(9):859-72.
- Boutcher, S.H. (2011). High intensity intermittent exercise and fat loss. *J Obes*, 868305. Epub 2010 Nov 24.
- Cadore, E.L., Izquierdo, M., Alberton, C.L., Pinto, R.S., Conceição, M., Cunha, G. et al. (2012). Strength prior to endurance intra-session exercise sequence optimizes neuromuscular and cardiovascular gains in elderly men. *Experimental Gerontology*, 47:164-169.
- Campbell, J.A., D'Acquisto, L.J., D'Acquisto, D.M. & Cline, M.G. (2003). Metabolic and cardiovascular response to shallow water exercise in young and older women. *Med Sci Sports Exerc*, 35(4):675-81.
- Colado, J.C., Triplett, N.T., Tella, V., Saucedo, P. & Abellan, J. (2009). Effects of aquatic resistance training on health and fitness in postmenopausal women. *Eur J Appl Physiol*, 106:113-22.
- de Souza, A.S., Pinto, S.S., Kanitz, A.C., Rodrigues, B.M., Alberton, C.L., da Silva, E.M. & Kruehl, L.F. (2012). Physiological comparisons between aquatic resistance training protocols with and without equipment. *J Strength Cond Res*, 26(1):276-83.
- Evans, B.W., Cureton, K.J. & Purvis, J.W. (1978). Metabolic and circulatory responses to walking and jogging in water. *Res Q*, 49:442-449.
- Gappmaier, E., Lake, W., Nelson, A.G. & Fisher, A.G. (2006). Aerobic exercise in water versus walking on land: effects on indices of fat reduction and weight loss of obese women. *J Sports Med Phys Fitness*, 46:564-9.
- Gleim, G.W. & Nicholas, J.A. (1989). Metabolic costs and heart rate responses to treadmill walking in water at different depths and temperatures. *Am J Sports Med*, 17:248-252.
- Ismail, I., Keating, S.E., Baker, M.K. & Johnson, N.A. (2012). A systematic review and meta-analysis of the effect of aerobic vs. resistance exercise training on visceral fat. *Obes Rev*, 13(1):68-91.
- Jones, L.M., Meredith-Jones, K. & Legge, M. (2009). The effects of waterbased exercise on glucose and insulin response in overweight women: a pilot study. *J Womens Health*, 18:1653-9.
- Koury, J.M. (1996). Aquatic therapy programming, guidelines for orthopaedic rehabilitation. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kruehl, L.F.M., Posser, M.S., Alberton, C.L., Pinto, S.S. & Oliveira, AS. (2009). Comparison of energy expenditure between continuous and interval water aerobic routines. *Int J Aquat Res Educ*, 3:186-196.
- Kruk, J. (2009). Physical activity and health. *Asian Pacific J Cancer Prev*, 10:721-728.
- Laforgia, J., Withers, R.T. & Gore, C.J. (2006). Effects of exercise intensity and duration on the excess post-exercise oxygen consumption. *J Sports Sci*, 24(12):1247-1264.
- Lee, C.D., Blair, S.N. & Jackson, A.S. (1999). Cardiorespiratory fitness, body composition, and all-cause and cardiovascular disease mortality in men. *Am J Clin Nutr*, 69(3):373-80.
- Lim, J.Y., Tchai, E. & Jang, S.N. (2010). Effectiveness of aquatic exercise for obese patients with knee osteoarthritis: a randomizedcontrolled trial. *PM R*, 2(8):723-31.
- Maiorana, A., O'Driscoll, G., Goodman, C., Taylor, R. & Green, D. (2002). Combined aerobic and resistance exercise improves glycemic control and fitness in type 2 diabetes. *Diabetes Res Clin Pract*, 56:115-23.
- Masumoto, K., Shono, T., Hotta, N. & Fujishima, K. (2008). Muscle activation, cardiorespiratory



- response, and rating of perceived exertion in older subjects while walking in water and on dry land. *J Electromyogr Kinesiol*, 18(4):581-90.
- McArdle, W.D., Katch, F.I. & Katch, V.L. (1991). *Functional Capacity of the Cardiovascular System. Exercise Physiology 3rd ed* (pp330-331). Malvern PA: Lea & Febiger.
- Melanson, E.L., Sharp, T.A., Seagle, H.M., Horton, T.J., Donahoo, W.T., Grunwald, G.K. et al. (2002). Effect of exercise intensity on 24-h energy expenditure and nutrient oxidation. *J Appl Physiol*, 92(3):1045-52.
- Meredith-Jones, K., Jones, L.M. & Legge, M. (2009). Circuit-based deep water running improves cardiovascular fitness, strength and abdominal obesity in older, overweight women. *Med Sport*, 13:5-12.
- Meredith-Jones, K., Waters, D., Legge, M. & Jones, L. (2011). Upright water-based exercise to improve cardiovascular and metabolic health: a qualitative review. *Complement Ther Med*, 19(2):93-103.
- Nowak, A., Pilaczynska-Szczesniak, L., Sliwicka, E., Deskur-Smielecka, E., Karolkiewicz, J. & Piechowiak, A. (2008). Insulin resistance and glucose tolerance in obese women: the effects of a recreational training program. *J Sports Med Phys Fitness*, 48:252-8.
- Panissa, V.L.G., Bertuzzi, R.C.M., de Lira, F.S., Júlio, U.F. & Franchini, E. (2009). Analysis of the Acute Effect of the Performance Order on the Total Energy Expenditure. *Rev Bras Med Esporte*, 15(2):127-131 [In Portuguese].
- Pinto, S.S., Alberton, C.L., Becker, M.E., Olkoski, M.M. & Krueel, L.F.M. (2006). Respostas cardiorespiratórias em exercícios de hidroginástica executados com e sem o uso de equipamento resistivo. *Rev Port Cien Desp*, 6(3):336-341.
- Raffaelli, C., Lanza, M., Zanolla, L. & Zamparo, P. (2010). Exercise intensity of head-out water-based activities (water fitness). *Eur J Appl Physiol*, 109(5):829-38.
- Rubio, M.A., Salas-Salvadó, J., Barbany, M., Moreno, B., Aranceta, J., Bellido, D. et al. (2007). Consenso SEEDO 2007 para la evaluación del sobrepeso y la obesidad y el establecimiento de criterios de intervención terapéutica. *Rev Esp Obes*, 2:7-48.
- Saavedra, J.M., De La Cruz, E., Escalante, Y. & Rodríguez, F.A. (2007). Influence of a medium-impact aquaerobic program on health-related quality of life and fitness level in healthy adult females. *J Sports Med Phys Fitness*, 47:468-74.
- Shono, T., Fujishima, K., Hotta, N., Ogaki, T., Ueda, T., Otoki, K et al. (2000). Physiological responses and RPE during underwater treadmill walking in women of middle and advanced age. *J Physiol Anthropol Appl Human Sci*, 19(4):195-200.
- Sturmer, T., Gunther, K.P. & Brenner, H. (2000). Obesity, overweight and patterns of osteoarthritis: the Ulm Osteoarthritis Study. *J Clin Epidemiol*, 53:307-313.
- Takehima, N., Rogers, M.E., Watanabe, E., Brechue, W.F., Okada, A., Yamada, T. et al. (2002). Water-based exercise improves health-related aspects of fitness in older women. *Med Sci Sports Exerc*, 32:544-51.
- Volaklis, K., Spassis, A. & Tokmakidis, S.P. (2006). Land versus water exercise in patients with coronary artery disease: effects on body composition, blood lipids, and physical fitness. *Am Heart J*, 154:560-6.
- Waller, B., Lambeck, J. & Daly, D. (2009). Therapeutic aquatic exercise in the treatment of low back pain: a systematic review. *Clin Rehabil*, 23(1):3-14.



LA SALUD COMO EJE VERTEBRADOR DE LA PROGRAMACIÓN EN EDUCACIÓN FÍSICA

Julián Calero Belda

Colegiado nº 9.521 (Comunidad Valenciana)

Profesport. Asociación de Profesionales de la Educación Física y del Deporte

Accésit "II Premio de Artículos Divulgativos sobre Actividad Física y Deporte"

RESUMEN

Cuando pensamos en Educación Física, normalmente los docentes tendemos a asociar la asignatura con cierto compromiso motor del alumnado, pero bien sabemos que este es inferior a lo deseable desde el punto de vista del beneficio para la salud. Es por ello que en este artículo se exponen algunas ideas, criterios y justificaciones con la pretensión de reforzar los grandes retos educativos de la sociedad actual en materia de prevención, con el fin último de llegar a cada uno de nuestros pupilos para que aprenda qué es cuidarse, cómo hacerlo y por qué, tanto en el aula como fuera de ella, tanto en el presente como en un futuro.

Palabras clave: *Educación Física, salud, programación docente*

Title: Health as the main axis of the programming in physical education

ABSTRACT

When we think about Physical Education, teachers normally tend to associate the subject with a certain commitment from the student's part, but we know very well that this is less than what we want to achieve concerning their health benefit. That is why in this article are set out some ideas, criteria and motives with the aim of strengthening the greatest educational challenges of today's society in the field of prevention. This has as the main objective to reach to every one of our pupils so they learn how to take good care of themselves and why they should do it even inside the classroom, outside of it, from now on to the rest of their lives.

Key words: *Physical Education, health, teaching programming*

* Correo electrónico: info@profesport.org



INTRODUCCIÓN

Nos encontramos en una sociedad con unos índices preocupantes de inactividad física. Según datos del Centro de Investigaciones Sociológicas (2010), el 35 % de la población escolar española es sedentaria, es decir que realiza únicamente de 0 a 2 horas de práctica semanal de actividad físico-deportiva, en contextos organizados o no, sin incluir las horas de Educación Física. Podemos afirmar que ese 35 % no practica suficiente actividad física, entendida esta como todo movimiento del cuerpo que va a desembocar en un determinado gasto energético, aunque además existan otros elementos como la experiencia personal y la interacción con los seres y el ambiente que nos rodea (Devís, J. y cols., 2000).

La aparición de enfermedades hipocinéticas asociadas a un estilo de vida en la que no hay tiempo para la práctica de actividad física supone una actuación urgente por parte de los agentes sociales y administrativos, puesto que como ya se ha demostrado la propia inactividad física se convierte en un factor de riesgo de enfermedades o patologías (Tercedor, P., 2001). Ante esta situación, el sistema educativo, las autonomías y en concreto los centros docentes no pueden mantenerse al margen de algo que verdaderamente va a influir en la vida de los educandos, no sólo académicamente, sino para algo que es esencial: la propia salud.

Pero la realidad es que además de los proyectos educativos de cada centro, el desempeño de los docentes en la práctica va a ser esencial. Es tan sencillo como que si valoramos la educación y valoramos la labor tan encomiable que supone enseñar, no podemos dejar de lado el cuidado del cuerpo y la mente, y por ende, la salud.

Visto desde una versión positiva y optimista, podemos afirmar que la implicación regular de un sujeto en actividades físicas producirá una mejora notable de la salud, un aumento del bienestar y un incremento de la calidad de vida, siempre que vaya acompañado de otros aspectos a tener en cuenta como son el equilibrio psicofísico, la correcta alimentación y la seguridad. Ese podría convertirse en uno de los grandes retos de cualquier educador: ayudar a sus alumnos a descubrir cuáles son los secretos para llevar una vida sana y encontrarse bien.

EDUCACIÓN FÍSICA Y SALUD

El término salud ha sido fruto de múltiples acepciones, pero quizás la más universal es la que la propone la Organización Mundial de la Salud (OMS) en la década de los 50. Se hace referencia a ella como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no como la simple ausencia de enfermedad. Aunque quizás controvertida por su carácter estático, somos conscientes de la existencia de un continuum que va desde la enfermedad hasta ese estado de completo bienestar. A pesar de la influencia del medio en el que vive, la genética o la asistencia sanitaria, el ser humano tiene la capacidad de incidir sobre su estilo de vida para mejorar los índices que influyen directamente en su salud. De ahí la importancia de la educación.

Por otro lado, partimos de la premisa de que cuando hablemos de salud nos estaremos refiriendo no sólo a lo físico, sino a lo mental y lo social, como ya indicaba la OMS en su primigenia conceptualización del término. Es fundamental esta visión porque si partimos de un enfoque holístico de la educación que busque ciudadanos sanos, cualquier entidad del proceso de enseñanza- aprendizaje dentro de la asignatura que no tenga en cuenta la formación integral desde y para estos tres ámbitos será incompleta. La educación para la salud no tiene sentido si no tiene en cuenta la dimensión física, psíquica y social de la salud.

Asimismo, la Educación Física es percibida por la sociedad en general como una asignatura



donde el alumno aprende a través del movimiento. Su carácter eminentemente práctico-reflexivo le permite el uso de una herramienta excepcional la cual todo el mundo necesita conocer: el propio cuerpo. Este, en relación con su entorno social: familia, amigos y escuela principalmente, experimentará diferentes vivencias y estará expuesto a un clima que puede dar más o menos valor a esa educación para la salud.

En este sentido, la diferente legislación existente dota a la Educación Física de un protagonismo esencial sobre todo en lo que tiene que ver con la repercusión de la actividad física en la salud dentro del entorno escolar, aunque veremos que una educación para la salud necesita más elementos con el fin de que verdaderamente trascienda a una sociedad y una cultura que valore el cuidado del cuerpo en la búsqueda y mejora del bienestar y la calidad de vida.

LA SALUD EN LA ORDENANZA AUTONÓMICA

Este capítulo se centra principalmente en la etapa de secundaria por dos motivos: en primaria no se dan índices tan elevados de sedentarismo como en secundaria, aunque los datos comienzan a ser preocupantes; la etapa post-obligatoria ya no abarcaría a todo el alumnado que tendría derecho al acceso de esta educación para la salud. A pesar de ello, la aplicación del modelo es totalmente transferible al resto de edades y etapas educativas: desde infantil hasta cualquier itinerario formativo después de la Educación Secundaria Obligatoria (ESO).

Así pues, según el Decreto 112/2007, por el que se establece el Currículo de la ESO en la Comunidad Valenciana, la Educación Física tratará, por un lado “la educación del cuerpo y el movimiento en el sentido de la mejora de las cualidades físicas y motrices y con ello de la consolidación de hábitos saludables. Y por otro, de la educación a través del cuerpo y el movimiento para adquirir competencias de carácter afectivo y de relación, necesarias para la vida en sociedad” (p. 30.485). En el documento se establece el tratamiento de los siguientes contenidos dentro del bloque de Condición Física y Salud:

- Calentamiento
- Capacidades físicas
- Efectos de la actividad física sobre la salud
- Adaptación al esfuerzo
- Postura corporal
- Alimentación y nutrición
- Gimnasia suave
- Espacios para la práctica de actividad física
- Relajación
- Riesgos, prevención y seguridad
- Uso de las tecnologías de información y comunicación

Pero existen otros tres bloques de contenidos: Juegos y Deportes, Expresión Corporal, y Actividades en el Medio Natural. El Decreto citado incluye pocos ítems donde se relaciona estos bloques con la salud en lo referente a lo conceptual y procedimental, pero sobre todo tiene una relevancia notable en lo actitudinal. No es poco si tenemos en cuenta que cuando el alumno muestra cierta predisposición adecuada para abordar los contenidos, ello favorecerá la asimilación de conocimientos y la puesta en práctica de las tareas que propongamos como docentes, en relación a la salud u otros. De ahí la importancia de las actitudes no sólo como contenido, sino en ocasiones como premisa o condición para que se dé el proceso de enseñanza-aprendizaje. Por otro lado, destacar la importancia de las actitudes y los valores en



todo lo relacionado con la salud mental y social, dado que en muchas ocasiones estos vienen influenciadas por ideas, que una vez modificadas en sentido positivo, pueden desencadenar actitudes y valores positivos en relación ya no sólo al cuidado del cuerpo, sino en la búsqueda de un equilibrio psicofísico.

Así pues, la legislación divide los contenidos por bloques: Condición Física y Salud, Juegos y Deportes, Expresión Corporal y Actividades en el Medio Natural. Pero veremos que esto no facilitará la comprensión del modelo (Figura 1) por parte del alumno si el docente decide llevarlo así a la práctica en su programación y diseño de sesiones.

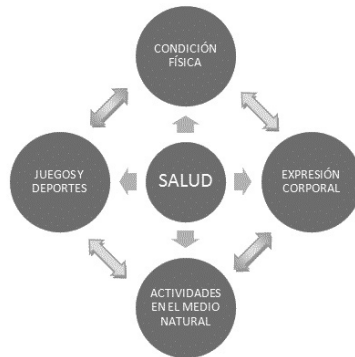


Figura 1. Representación del modelo para una educación para la salud

Por otro lado, el Decreto 112/2007 cita textualmente como objetivos de la etapa secundaria:

l) Conocer y aceptar el funcionamiento del cuerpo humano y respetar las diferencias.

n) Conocer y apreciar los efectos beneficiosos para la salud de los hábitos de higiene, así como del ejercicio físico y de la adecuada alimentación, incorporando la práctica del deporte y la educación física para favorecer el desarrollo personal y social (...) Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud (...) (p. 30.406).

Si revisamos en el documento autonómico citado los objetivos generales del área de Educación Física, se muestra claramente la visión global e integradora que se plantea en este artículo. Si hay que destacar uno que lo justifica claramente es el que propone como capacidad a alcanzar el “conocer y valorar los efectos beneficiosos, riesgos y contradicciones que presenta la práctica habitual y sistemática de la actividad física a lo largo de la vida, en el desarrollo personal y en la mejora de las condiciones de calidad de vida y salud, individual y colectiva” (p. 30.486).

Por último, si indagamos sobre los criterios de evaluación de 1º a 4º de ESO un total de 13 hacen relación al bloque de Condición Física y Salud, 10 al de Juegos y Deportes, 4 al de Expresión Corporal, 4 al de Actividades en el Medio Natural y 4 a la incorporación del uso de nuevas tecnologías.

Así pues, podríamos concluir que la ordenanza autonómica divide los contenidos por bloques, lo cual facilita su comprensión, dándole más protagonismo en los criterios de evaluación al bloque de Condición Física y Salud, seguido de cerca por el de Juegos y Deportes. Pero cuando hacemos una revisión de la introducción a la asignatura, así como a los objetivos generales de

la etapa y los propios del área, encontramos un claro enfoque holístico y no compartimentado en la búsqueda de un conocimiento del propio cuerpo y de las repercusiones que la actividad física tiene sobre él en relación a la salud y la búsqueda del desarrollo personal y social.

Quizás a la hora de programar el docente, influido por lo que denominamos currículo oculto o por otra forma de entender la educación física, debería plantearse hasta qué punto le da prioridad o profundidad a contenidos que probablemente tengan un pobre potencial educativo y formativo, mientras deja de lado otros de una relevancia vital para el desarrollo personal.

EL BLOQUE DE CONDICIÓN FÍSICA Y SALUD

Según las disposiciones oficiales en relación al currículo, este es el bloque que debería tratar lo relacionado con el amplio espectro de la salud, pero no tendría sentido aislarlo del resto de contenidos desde el punto de vista de la programación y su puesta en práctica, entendido a partir de un modelo integrador, competencial, transversal y multidisciplinar, como veremos más adelante.

En este sentido, a continuación se plantean cuestiones abiertas para la reflexión, por ejemplo: ¿cuántas veces hemos tomado pulsaciones después de una tarea propia de una unidad didáctica de baloncesto? ¿Sólo vamos a hablar de la alimentación cuando toque el tema? ¿No podría usarse las danzas o bailes como el aeróbic o el *body-pump* para mejorar la fuerza o la resistencia? ¿Acaso la higiene postural no debe estar presente en todas las actividades que nos planteemos? ¿No será fundamental para el alumno mostrar una actitud abierta, desinhibida y comunicativa en las relaciones con los demás desde que comienza el curso hasta que termina? ¿Acaso juegos y deportes no podría denominarse juegos, deportes y salud? Quizás los juegos y deportes estén más relacionados con el rendimiento y la competición, pero ¿qué son los juegos y deportes sin una adecuada condición física? ¿Qué sentido tiene la práctica deportiva, incluida la actividad en el medio natural, si no reúne unas condiciones seguras para la persona que lo experimenta? ¿Estamos educando para el deporte o a través la práctica deportiva? ¿Estamos dando argumentos a los alumnos para conservar y mejorar su salud y bienestar con un enfoque más bien preventivo o estamos proponiendo tareas más que complejas y con escaso compromiso motor centradas principalmente en la ejecución técnica? ¿Qué estamos dejando escapar como educadores si no explotamos los contenidos propios de la expresión corporal en relación a la salud física, mental y social?

Las respuestas a estas y otras preguntas son sencillas bajo el criterio de la educación para la salud, como iremos analizando a lo largo del artículo.

La expresión corporal como promotora de la salud

El bloque de expresión corporal abarca contenidos tan atractivos como pobres desde el punto de vista del potencial educativo en salud. Cuando un departamento o docente de Educación Física se plantea qué hacer tiene abierto un abanico de posibilidades que no concreta demasiado el currículo y para lo cual se necesitan algunos criterios siempre que partamos del punto de vista del modelo.

En el plano físico-motor, siendo que la expresión corporal nos brinda la posibilidad de usar bailes y danzas, podemos seleccionar las que favorezcan el compromiso motor del alumnado. Por ejemplo: *batuka*, aeróbic, polka de la estrella, *body-pump*, coreografías de combas, algunas danzas típicas de la Comunidad Valenciana, etc., podrían ser contenidos válidos. Si es lo que pretendemos, todas ellas podrían involucrar de forma activa al alumnado. Aún así, es importante la selección de contenidos, pero aún más cómo llevamos a cabo la programación de aula y el diseño de las sesiones.



En cuanto al plano socio-afectivo, siendo que la expresión corporal bien enfocada permite aumentar la conciencia corporal y la interiorización a través del movimiento, así como mejorar la comunicación y la propia expresión, es una herramienta clave para enseñar cómo manejar las emociones: vergüenza, miedo, ansiedad, tolerancia a la frustración, etc. La inteligencia emocional, no incluida como competencia básica, pero tan importante para la vida, se puede convertir pues en una de las grandes metas educativas o sencillamente en un objetivo alcanzable y probablemente difícil de evaluar. Aquí, las grandes preguntas son: ¿podemos conseguir que la expresión corporal incida verdaderamente en la salud mental y social? ¿Estamos preparados los docentes para enseñar habilidades sociales e inteligencia emocional?

LOS JUEGOS Y DEPORTES, ENEMIGOS O ALIADOS

Conocer y practicar diferentes juegos y deportes será fundamental, pero el dilema que se plantea bajo el modelo es el siguiente: ¿qué es más importante: que el alumno conozca bien las reglas, la normativa y la técnica en profundidad de un deporte concreto que probablemente no practicará más en su vida, o bien la incidencia de ese deporte en su cuerpo y mente, que le acompañarán siempre haya donde vaya? No se trata de renunciar a una u otra visión, sino de analizar a qué le damos más peso curricular, decisión de cualquier docente. Si la preocupación por la salud por parte del docente termina cuando este ya ha acabado de dar el tema que hace relación a ello, se difumina el eje central.

Por otro lado, sabemos que la selección de juegos y deportes que decidimos que experimente el alumnado debe desarrollarse en un clima positivo de implicación y motivación para el aprendizaje, sin olvidar que el contenido será el camino, el medio para conseguir unos objetivos determinados. De ahí, aunque los juegos y deportes han adoptado cierto protagonismo en nuestra asignatura durante muchos años, bajo esta forma de abordar los grandes bloques serían entendidos como una herramienta más. El contenido se convierte en un recurso educativo.

Por último, tanto los planteamientos más tecnicistas basados en modelos reproductivos que dan protagonismo a la técnica, como los planteamientos que promueven la construcción del aprendizaje, la comprensión del juego y una implicación cognitiva basados en modelos productivos, deberán tener en cuenta el nivel de compromiso motor sea cual sea la tarea que proponemos como docentes y siempre bajo el prisma del modelo.

LA SALUD Y LAS COMPETENCIAS BÁSICAS

El Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, por el que se establecen las enseñanzas mínimas en la Educación Secundaria Obligatoria, se encarga de prescribir cuáles son las competencias clave que el sistema educativo deberá desarrollar en el alumnado. Según el texto, la Educación física contribuye esencialmente a desarrollar la competencia en el conocimiento y la interacción con el mundo físico, mediante la percepción e interacción apropiada del propio cuerpo en un espacio determinado mejorando sus posibilidades motrices y mediante el conocimiento, la práctica y la valoración de la actividad física como elemento indispensable para preservar mantener un equilibrio psicofísico, prevenir enfermedades y preservar la salud. Por tanto, si hay alguna materia que tendrá una vinculación con el desarrollo de estas subcompetencias, esa será la Educación Física, y aunque parece evidente que el bloque de contenidos relacionados con la condición física y la salud es el más adecuado para ello, cualquiera de los cuatro grandes bloques de contenidos puede aportar mucho en este sentido.



Del mismo modo, dependiendo de los contenidos seleccionados, la metodología y los objetivos propuestos por el docente en su sentido más amplio fomentaremos en mayor o menor medida el desarrollo del resto de competencias clave no menos importantes, por ejemplo la competencia social y ciudadana, la de aprender a aprender o la autonomía o iniciativa personal.

Pero lo interesante de las diferentes prescripciones legislativas que incorporan las competencias básicas al currículo, es que justifican el modelo vertebrador de educación para la salud, cobrando más fuerza y sentido, como vamos a ver.

El desarrollo de una competencia presupone el aprendizaje de un saber, un saber hacer y un saber ser. La asignatura de Educación Física se presta a relacionar continuamente estos tres tipos de saberes en cada sesión por su carácter práctico, por lo cual, si el docente las sabe integrar en su programación, el potencial de desarrollo competencial en el alumnado puede ser más viable. Desde este prisma se exponen varios ejemplos en relación a los diferentes bloques de contenidos:

- a) Juegos y deportes. Tendría menos valor educativo aprender qué es la línea de 9 metros en balonmano si no me sirve para una tarea, que podría ser el juego global. Tampoco tendría valor si sabiendo ambas y una vez realizada la falta, el alumno decidiera sacar el golpe franco desde donde se ha cometido, siendo que esta ha sido cometida entre la línea de 9 metros y el área contraria. Fallaría el saber ser, la actitud, la concentración, el respeto a la norma. Claro está que el saber no ocupa lugar y se puede ampliar la información, pero lo que el alumno retendrá y además de forma significativa será principalmente lo que ha experimentado.
- b) Expresión corporal. Tendría menos valor educativo reproducir unos pasos de aeróbic imitando al profesor, si luego el alumno no es capaz de aprender cómo se llaman y cómo se ejecutan e incluso montar una coreografía. Todo esto acompañado de una desinhibición y un trabajo en grupo que implica una actitud comprometida. De nuevo los tres saberes integrados para el desarrollo de competencias.
- c) Actividades en el medio natural. Hacemos mucho hincapié en las normas de seguridad y disciplina cuando realizamos una salida del centro. La actitud y el comportamiento, el saber ser, es fundamental, pero tendría menos valor educativo hacer una salida con la bicicleta por una senda, si el alumno no conoce ni la bicicleta ni la ruta.
- d) Condición física y salud. No tendría valor educativo conocer la importancia de seguir una progresión a la hora de practicar ejercicio físico de forma regular, si en la primera sesión la tarea consiste en realizar el *Test de Cooper*. No tendría sentido hablar de salud si no explicamos el riesgo de lesión que supone llevar unas zapatillas planas sin amortiguación mientras planteamos sesiones en las que el alumno ha de correr. Sería un error sobrevalorar los resultados de un test de fuerza sin tener en cuenta el esfuerzo personal y la autosuperación.

Las competencias permiten integrar y relacionar los aprendizajes con distintos tipos de contenidos, utilizarlos de manera efectiva y aplicarlos en diferentes situaciones y contextos. En el entorno escolar el saber se presenta al alumno organizado por compartimentos a modo de asignaturas. Pero el saber no está dividido en nuestro cerebro, sino que se integran y se relacionan conocimientos, de modo que el fenómeno de transferencia es una realidad que no podemos obviar. En este sentido, desde el punto de vista del planteamiento del modelo, si la salud es el eje vertebrador de la programación docente, toda intervención didáctica debe ser coherente con esa idea.



Pero puesto que el desarrollo de las competencias que pretendamos desarrollar en el alumno no sólo va a depender de lo que ocurra en las clases de Educación Física, hemos de analizar en qué grado la organización de cada centro contribuye a su adquisición de modo más transversal, global e interdisciplinar.

PADRES Y ENTORNO DEL CENTRO COMO AGENTES SOCIALES EDUCADORES

El entorno social del alumnado va a influir directamente en su estilo y hábitos de vida, pero ¿hasta qué punto la escuela debe coordinarse con los padres y el entorno en relación al tema de la salud? Normalmente en cuestiones de normativa es habitual que los padres estén al corriente de cómo un hijo debe sentarse o si tiene que llevar la bolsa de aseo. Pero la educación para la salud es algo más que eso. Por otro lado, parece que cualquier padre quiere lo mejor para sus hijos, pero algunos no valoran lo suficiente este tema, le dan más importancia a lo académico o sencillamente no saben cómo enseñar a sus hijos en este sentido. De ahí la necesidad de darle valor partiendo de un proyecto educativo que favorezca la implicación del entorno escolar y de los padres en el tema (Figura 2).

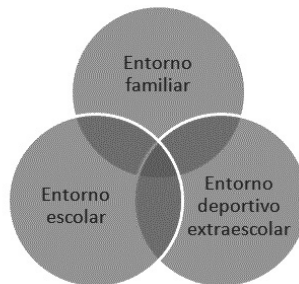


Figura 2.- Agentes sociales que influyen en la formación para la salud

Algunas ideas prácticas en este sentido podrían ser:

- a) Escuelas de padres en relación a temas de salud: alimentación, nutrición, trastornos alimentarios, actividad física, balance energético, educación afectivo-sexual, etc.
- b) Formación al alumnado y al profesorado por personal técnico especializado: primeros auxilios, educación vial, educación afectivo-sexual, prevención del consumo de drogas, etc.
- c) Oferta amplia y variada de actividades extraescolares deportivas, no sólo para alumnos, sino también para padres; no sólo de actividades atractivas para el género masculino, sino también para el femenino.
- d) Cantina saludable que favorezca la información de los alimentos que en ella se venden y que proponga alternativas más saludables y variadas a las habituales.
- e) Encuestas sobre hábitos saludables del alumno y la familia, que ofrezcan información y pautas a seguir por parte de los padres y que den al centro una visión general de la evolución a partir de valoraciones iniciales y finales.
- f) Cumplimiento de la normativa del centro en relación a la salud: acoso escolar, consumo de drogas, tráfico de drogas, bolsa de aseo, higiene postural, transporte de mochila, etc.

- g) Creación de una comisión de salud del centro en la que estén representados los principales agentes de la comunidad educativa (Gavidia, V. y Rodes, M.J., 1996).
- h) Actividades complementarias y extraescolares que favorezcan la continuación de hábitos de vida saludables fuera del centro: actividades físicas y deportivas fuera del horario escolar; visitas y práctica en instalaciones deportivas (gimnasios, polideportivos, piscinas); salidas al entorno natural del municipio (orientación, *gimcana*, campamentos, senderismo, bicicleta de montaña).
- i) Conexión de los contenidos relacionados con la salud que trata el centro con actividades que organiza el municipio y que no tienen que ver con el centro (carreras populares, ferias de salud, charlas preventivas).
- j) Aprovechamiento del recreo para la educación del ocio saludable a través de actividades físico-deportivas que no tienen por qué tener un formato de competición organizada, si no que puede ser una elección espontánea en la que bajo la supervisión del profesorado el alumnado usaría cierto material.
- k) Información a los padres del nivel de condición física de sus hijos y recomendación sobre la actividad física más recomendada para mejorarla, en su caso.
- l) Información a padres y alumnos sobre el calzado más adecuado para la práctica de actividad físico-deportiva en las clases de educación física con recomendaciones para la supervisión del pie y la detección de anomalías, debido al elevado riesgo de lesión que supone no llevar un calzado adecuado.
- m) Cumplimentación de una ficha médica con el historial de cada alumno por parte de la familia, con el fin de que se puedan adaptar las necesidades educativas a cada uno, teniendo en cuenta como premisa que cualquier alumno puede participar y aprender en las clases aunque esté impedido físicamente.
- n) Participación en programas para centros promotores de la actividad física y la salud, a partir de los cuales el centro asume su rol educativo de una forma integral y además con el respaldo de las administraciones públicas.
- o) Difusión de la importancia de la materia optativa en 4º de ESO sobre alimentación, nutrición y salud (véase capítulo siguiente) aprovechando su inclusión como materia, aunque sea con un carácter opcional.
- p) Programación transversal y multidisciplinar de la educación para la salud por niveles y asignaturas donde la vinculación con el resto de actividades dote de significado a los contenidos que los docentes imparten en su asignatura.

Una vez contemos con la complicidad familiar en la educación para la salud, quizás esta última propuesta multidisciplinar sea la que más favorezca la adquisición de hábitos saludables por parte del alumnado.

ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y SALUD, MATERIA OPTATIVA EN 4º DE ESO

Por fin se incorpora o se debe incorporar definitivamente al currículo de la educación obligatoria esta asignatura optativa a partir del curso 2012/2013, según lo establecido en el Real Decreto 1146/2011, por lo que se establecen las enseñanzas mínimas para la ESO. Es



un avance significativo, sobre todo porque da valor académico a un contenido de prioridad esencial para la formación humana.

Aún así, hay tres problemas en relación a la completa integración curricular de esta asignatura:

- El primero, su carácter optativo, de modo que es una asignatura de segundo orden, a la cual pueden optar los padres o los alumnos en 4º de ESO de forma voluntaria. Parece que esto sólo interesa a unos pocos.
- El segundo, su inclusión al final de la etapa, cosa que hace difícil su potencial preventivo en temas tan importantes como pueden ser los trastornos alimentarios: anorexia o bulimia, por ejemplo. Aprendemos a comer desde que nacemos.
- El tercero, la dificultosa oferta de esta asignatura por parte del centro, dado que los departamentos se organizan en función de un número de horas que actualmente se están viendo seriamente mermado.

La importancia de esta asignatura es tal que favorecerá la adquisición no sólo de conocimientos, sino también hábitos que van a influir directamente en nuestra salud y en nuestro bienestar durante toda la vida.

CRITERIOS PARA LA SELECCIÓN DE TAREAS Y EL DISEÑO DE SESIONES

Dentro del marco de la promoción de la salud, no podemos como docentes de educación física sedentarizar nuestras sesiones. Iría en contra de la esencia de la asignatura, aunque el tiempo necesario para introducir la clase, preparar el material y el espacio, dar un mínimo de *feedback* y asearse, deja verdaderamente poco tiempo real de práctica, por lo que la implicación y la participación activa por parte de cada alumno es necesaria para su propio desempeño motor en un mínimo de tiempo. Pero ¿cómo diseñar una sesión y qué tareas proponer para que realmente eso ocurra?

Las actividades previstas en el diseño de las sesiones deberían producir un aumento progresivo de la temperatura corporal en el calentamiento, un incremento y mantenimiento suficiente de las pulsaciones en la parte principal a partir de la movilización muscular de tronco, tren superior e inferior y, por último, para volver a la calma unos estiramientos suaves con una finalidad descontracturante (Figura 3).

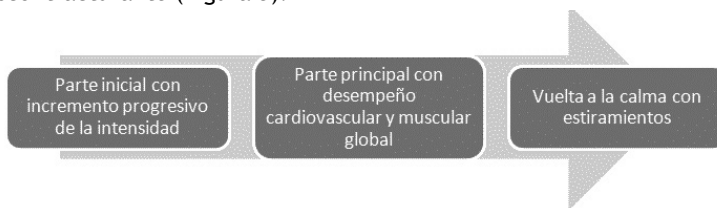


Figura 3.- Criterios para el diseño de sesiones bajo el modelo de educación para la salud

Las sesiones, sea cual sea la actividad a realizar, han de constar de calentamiento, parte principal y vuelta a la calma (López, P.A. y García, A., 1999). Pero además de ello deben pretender un doble objetivo de mantenimiento o mejora de la capacidad cardiovascular, a la vez que aumentamos el tono muscular de las partes del cuerpo que menos utilizamos, contribuyendo así a una mejora en la salud y el bienestar. A pesar de que es difícil determinar

el nivel de desempeño físico o el gasto energético considerado como suficiente en cada alumno, el docente puede definir la clase como más dinámica o más estática.

Veamos algún ejemplo. Supongamos que hemos seleccionado voleibol y hemos dedicado dos sesiones para el juego global. Seguramente el desempeño cardiovascular no será suficiente dado el carácter anaeróbico aláctico de este deporte y el nivel técnico de la mayoría del alumnado, ya que no existe un incremento destacable de pulsaciones. Sin embargo si decidimos introducir una introducción a la sesión intensa con desplazamientos que movilice todo el cuerpo, sí conseguiríamos este doble objetivo. Quizás con cambiar el tipo de balón o modificar la norma de la retención pudiendo coger la pelota, facilitaríamos la continuidad en el juego y por tanto un mantenimiento de las pulsaciones elevadas durante más tiempo, sin tantas interrupciones. O si organizáramos dos equipos por pista y nos sobrarán dos personas por equipo, en lugar de estar parados, podrían estar al lado haciendo toque de dedos. O si hubiera tres equipos, el que está fuera no estaría parado esperando, sino que estaría realizando una actividad simultánea, por ejemplo una tabla de ejercicios para tonificación muscular, siendo la rotación de los equipos por tiempo en tal caso. La organización de actividades simultáneas favorecerá el tiempo de compromiso motor del alumnado.

Supongamos que hemos seleccionado la mejora de la capacidad cardiovascular a través de diferentes tareas. Si eligiéramos la *batuka* sería ideal porque conseguiríamos el doble objetivo (resistencia aeróbica y fuerza), pero si eligiéramos la carrera continua no estaríamos contribuyendo a la tonificación muscular del tronco y el tren superior, con lo cual se podría combinar la carrera con otra tarea o actividad que sí lo tuviera en cuenta. Por ejemplo, al iniciar la carrera continua hay determinados lugares o postas del recorrido donde el alumno debe realizar una tarea que compense ese déficit y además puede ser presentado a modo de reto: lanzamientos por parejas con balón medicinal sin que caiga durante 10 segundos, con lo que estaremos consiguiendo además el desarrollo de la competencia social.

Supongamos que hemos seleccionado juegos de condición física. Nos pasamos una sesión jugando al *sogatira* (fuerza) y haciendo relevos (resistencia y velocidad). Tendrá cierto sentido esta elección teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, pero tendría menos sentido estar toda la sesión jugando al *balón prisionero* donde la velocidad de reacción y el elemento lúdico son protagonistas, pero no hay un incremento de pulsaciones, a no ser que de forma intencional sea lo que buscamos.

Por tanto, independientemente del contenido que hayamos incluido en la programación didáctica, el diseño de las sesiones requerirá un análisis de la implicación física, motriz y socio-afectiva del alumnado, si verdaderamente pretendemos que las sesiones contribuyan en cierta medida a la mejora de la salud.

Sabemos que es un pequeño grano de arena, puesto que no hay tiempo en dos sesiones de Educación Física para una verdadera adaptación fisiológica, pero esta visión dota de significado a lo que pretendemos enseñar. Si subrayamos que es importante estar activos y no ser sedentarios y luego las clases son demasiado estáticas, no estamos siendo coherentes, aunque se entiende que a veces resulta complicado. Así pues, tanto es importante llevarlo a la práctica como explicarlo al alumnado, consiguiendo así que asocien las clases de educación física a una práctica dinámica y a una oportunidad para estar activos y moverse, lo cual irá en su beneficio. Ideas como la de incluir desplazamientos largos en cualquier tarea que organizamos puede cambiar la estructura organizativa y a su vez el compromiso motor.

Bajo este enfoque, las actividades y tareas propuestas por el docente están al servicio de la formación y el desarrollo personal, convirtiéndose así el contenido en un instrumento o



un medio para educar. No educamos para el deporte, para la danza o ni tan siquiera para la condición física, sino que educamos a través del deporte, la danza o la condición física para darle significado a la salud física, mental y social. Por tanto, la educación no puede estar al servicio del deporte, la danza o la condición física. Es mucho más que eso.

En este sentido, parece que el modelo plantea una educación física al servicio de la condición física. No, cuando esté al servicio del rendimiento. Sí, siempre que esté al servicio de la salud. No tiene sentido plantear las clases de educación física como un programa de entrenamiento, porque no sería viable, pero tampoco es nuestra intención. Ahora bien, sí podemos programar con sentido común. Por ejemplo, si un grupo ha realizado una salida al monte, al día siguiente en la clase de educación física podemos plantear una sesión de estiramientos con juegos menos dinámicos a la vez que podemos abordar el tema de la *supercompensación*. Si estamos en época de exámenes quizás sería ideal incluir una sesión de relajación a través de la respiración y compensar la pérdida de equilibrio psicofísico. El contenido estaría contextualizado y sería mucho más significativo.

APROVECHAMIENTO DEL TIEMPO REAL DE COMPROMISO MOTOR POR ALUMNADO

La gestión del tiempo que dura una sesión es fundamental para que el alumnado realmente disponga de oportunidades para aprender y encontrar significado a lo que aprende. Una sesión buena o aceptable sería la que prevé un tiempo de compromiso motor de entre un 60% y un 80% del total, por lo que una sesión que dure 55 minutos debería sumar un tiempo total mínimo de 30 minutos en el que el alumnado esté moviéndose (Barrena, P.I., 2011).

Varias son las soluciones que se proponemos:

- El tiempo de preparación para la clase (anterior a la sesión) y el tiempo de aseo (posterior a la sesión) es asumido como un tiempo propio de Educación Física. Cuando toca el timbre comienza la clase y cuando toca otra vez termina. Si el conjunto de profesorado entendiera ese tiempo como neutral (no necesariamente de la asignatura) y necesario para el alumnado, podrían establecerse unos minutos previos y/o posteriores a la sesión. Por ejemplo, una vez finalizada la sesión de Educación Física y 3 minutos antes de tocar el timbre, el alumnado va a asearse. Cuando toca el timbre dispone de otros 3 minutos de la asignatura siguiente para terminar de asearse y desplazarse hasta el lugar donde se imparta.
- El momento idóneo para comprobar si falta algún alumno a nuestra clase no es el inicio, aunque a veces lo necesitemos saber por cuestiones organizativas. Una vez iniciada la sesión y los alumnos estén centrados en ella, ya habremos identificado visualmente a muchos de ellos, con lo cual supondrá un incremento del tiempo disponible.
- La preparación del material y el espacio normalmente se hace en colaboración con un grupo de alumnos. Mientras este se prepara no es conveniente que los alumnos estén parados. Para ello, podemos elaborar la programación de modo que los alumnos aprendan a realizar y dirigir el calentamiento de forma autónoma al inicio de curso, mientras el docente prepara el material. Cuando los alumnos han llegado, ya saben que a la señal comienza la fase de activación, pero el docente ha delegado esa responsabilidad, con lo que conseguimos a la vez determinados objetivos educativos relacionados con la adquisición de conocimientos y su puesta en práctica de forma autónoma y responsable.



- Aunque la variabilidad en la formación de grupos favorece la integración social, conservar grupos de trabajo o equipos por ejemplo para cada tema puede ser interesante, sobre todo si está planteado desde el punto de vista de la consecución de objetivos colectivos. Conseguiríamos así ahorrar tiempo y energía en la formación de grupos en cada sesión, logrando a su vez evitar la desestabilización emocional que supone para algunos alumnos la formación de nuevos grupos. Por otro lado, también centraríamos la atención de nuestros alumnos en la tarea o el contenido.
- El uso y cumplimiento de rutinas y consignas es clave, así como que los alumnos entiendan que es esencial centrar la atención cuando el docente inicia la sesión o da un determinado *feedback*. Por ejemplo, si queremos que escuchen bien deberán aprender cómo colocarse para hacerlo o si queremos que acudan a un lugar cuando están dispersos podemos utilizar la fórmula tan efectiva de la cuenta atrás: 5, 4, 3, 2, 1. Si quisiéramos plantear una vuelta a la calma con reflexión sobre la práctica podríamos delegar los estiramientos al grupo de ha dirigido el calentamiento y mientras los alumnos escuchan están relajándose muscularmente.
- El uso de recursos impresos o mediante el acceso a Internet puede abrir las puertas a una formación fuera del tiempo real de clase, siempre que el alumno tenga acceso al material, lo revise y sirva verdaderamente para aumentar el tiempo real de compromiso motor del alumnado dentro del aula.

LA EVALUACIÓN

Por último, la educación para la salud conlleva la inclusión de todo el alumnado bajo el paraguas de este modelo. El nivel técnico-táctico, la capacidad coordinativa o el grado de condición física del alumno son importantes porque se convierten en facilitadores del éxito de muchas tareas. Pero no deberían ser relevantes porque las clases son heterogéneas. Por ello la orientación de la tarea hacia el esfuerzo y la participación activa serán clave ya que si existe una evolución en el aprendizaje será gracias a ello.

En este sentido será fundamental evaluar y poner en valor el proceso, con el fin de obtener información y no sólo para la calificación. Ello favorecerá a su vez la autodeterminación del alumnado y la motivación hacia las tareas dejando la evaluación sumativa o final como un momento más en el que captar esa información.

En cuanto a las pruebas de condición física cabe destacar varias connotaciones:

- Cualquier prueba debe reunir unos requisitos de seguridad e higiene. No podemos sugerir pruebas donde estemos contradiciendo lo que enseñamos. Si planteamos el test de lanzamiento de balón medicinal debemos vigilar la hiperextensión de la columna y además plantear el lanzamiento con balones ligeros.
- Las pruebas en general nos muestran una tabla para conocer cómo está el alumno en una escala del 1 al 10 con el fin de calificar, pero no nos da información sobre el nivel de condición física, lo cual sí nos serviría para saber si hay riesgo o no de padecer alguna patología o enfermedad (Generelo, E. y Lapetra, S., 1993)
- Muchas de los alumnos no están preparados físicamente para realizar un determinado test, pero además estas pruebas no tienen en cuenta que el resultado depende de



las cualidades motrices del propio alumno, así que alguien que no sea demasiado coordinado o ágil, estará en desventaja.

- Los resultados de las pruebas dependen de factores que varían el resultado independientemente de la selección de tareas propuestas por el docente. Entre ellos, a destacar la actitud del alumno, el momento del día, el lugar de realización de la prueba, la variación en la mecánica del movimiento, la menstruación en las chicas o la fatiga en alumnos que practican deporte de forma extraescolar.

Por todo ello, las pruebas o test para evaluar la condición física no tienen una fiabilidad y una validez suficientes como para darles demasiado peso curricular, dentro o fuera de la evaluación. Aún así, el conocimiento y análisis por parte del alumnado de esta visión y forma de entender estas pruebas bajo el enfoque de la salud ayudará a ampliar su conciencia crítica y, al fin al cabo, proponer retos de mejora y superación.

En referencia a las pruebas de tipo teórico, es importante revisar que es importante que lo que tenga que aprender el alumno para plasmar en un trabajo o un examen, sea fruto de conexión entre el saber teórico y el saber práctico, entre el saber y el saber hacer, de modo que exista un vínculo significativo entre lo que experimenta y lo que ha de integrar en su mente.

En cuanto a la calificación, hemos de ser coherentes, porque si la nota del alumno va en función de lo que obtenga en una prueba y no se valora el esfuerzo, la implicación o la autosuperación, en definitiva el saber ser, seguramente estaremos poniendo en alza el producto y no el propio proceso, así que la estructura significativa de la que queremos dotar a la educación para la salud, no se puede derrumbar en ese desempeño o labor académica que es calificar.

CUESTIONES QUE DIFICULTAN EL MODELO

Varios son los motivos que pueden dificultar una visión integral en la que la salud sea el eje vertebrador de la programación.

El primero es la herencia recibida. Los docentes ponen en práctica lo que han vivido como alumnos, que habrá sido en su mayoría modelos donde el deporte, la habilidad y la competición eran protagonistas y en cual probablemente la condición física estaba más relacionada con la mejora del rendimiento y no con la mejora de la salud.

El segundo son las experiencias no académicas en entornos deportivos en la búsqueda del rendimiento por parte de los docentes, lo cual supone una transferencia de cara a la selección preferente de contenidos que tienen que ver más con esa faceta, pero pocas veces tienen un vínculo con la salud.

El tercero tiene que ver con la escasez de literatura en referencia a este modelo integrador, debido principalmente al modelo prácticamente encasillado que propone la legislación al respecto. Cuando un docente decide mejorar la resistencia mediante la danza o mejorar la fuerza a través del Pilates no debería resultarnos tan extraño encontrar literatura al respecto. Para ello el currículo es abierto y flexible, pero la determinación de la programación de contenidos a impartir viene dado por múltiples motivos que en ocasiones no facilitan que esto sea así.

A pesar de todo, la programación de aula y el diseño de tareas es responsabilidad de cada docente, así que va a suponer todo un reto educativo personal siendo consciente de que actividades significativas con un hilo conductor y un sentido dentro del planteamiento basado



en la salud puede cambiar la forma de entender la educación física y corporal, y puede calar profundamente en la visión del alumnado acerca de lo que supone el cuidado de la mente y del cuerpo, siempre que haya otros factores que nos acompañen en el camino, algunos que serán controlables y otros no.

CONCLUSIONES

El docente de Educación Física programa por prescripción atendiendo al contexto del centro en el que trabaja, así que no podemos obviar la realidad de una sociedad que necesita urgentemente una reorientación integral curricular y extracurricular de la educación para la salud, en la que el especialista es un agente más, pero esencial, dentro del conjunto de condiciones que se deben dar para la promoción de estilos de vida saludables.

Hace casi dos décadas ya se afirmaba que las dos horas semanales de Educación Física eran insuficientes para mejorar la condición física (Sánchez Bañuelos, 1996). Dado que esto es una realidad hoy en día, el entorno escolar debe plantearse qué propuestas llevar a cabo para que, entre otras cosas, el alumnado realice una actividad física suficiente que incida positivamente en sus niveles de condición física.

En cuanto a las decisiones que el docente de Educación Física debe tomar en su programación y diseño de sesiones, a resaltar que además de la selección de contenidos que sean válidos para generar cierto compromiso motor del alumnado, es relevante para conseguir tal objetivo tener en cuenta cómo se abordan esos contenidos, cómo se gestiona la sesión y qué tareas se proponen.

Sea como sea, cualquier planteamiento educativo buscará generar en el alumnado actitudes positivas hacia la práctica de actividad física para fomentar así la necesidad de seguir practicando más allá de las propias clases y conseguir definitivamente una adherencia a la práctica.

BIBLIOGRAFÍA

Documental

- Barrena, P.I. (2011). La distribución del tiempo de práctica motriz en Educación Física. *EFDeportes.com, Revista Digital, nº 154*. Consultado el 20 de agosto, 2012. En: <http://www.efdeportes.com/efd154/tiempo-de-practica-motriz-en-educacion-fisica.htm>
- Centro de Investigaciones Sociológicas (2010) *Estudio sobre los hábitos deportivos de la población escolar española*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Devís, J. y cols. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. Barcelona: Inde.
- Gavidia, V. y Rodes, M.J. (1996). Tratamiento de la educación para la salud como materia transversal. *Alambique*, 9, 7-16.
- Generelo, E. y Lapetra, S. (1993). El desarrollo de la condición física infantil. En *VVAA, Fundamentos de Educación Física para enseñanza primaria I* (pp. 571- 612). Inde: Barcelona.
- López, P.A. y García, A. (1999). *La programación de la sesión de Educación Física en primaria: selección de ejercicios y detección de ejercicios desaconsejados como decisión preactiva básica*. En Universidad de Huelva, Actas del XVII Congreso Nacional de Educación Física, (pp. 1025-1033). Huelva: Universidad de Huelva.
- Sánchez, F. (1996). *La Actividad Física orientada hacia la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Tercedor, P. (2001). *Actividad física, condición física y salud*. Sevilla: Wanceulen.



Legislativo-curricular

España. Decreto 112/2007, de 20 de julio, del Consell, *Diario Oficial de la Comunidad Valenciana*, 24 de julio de 2007, núm. 5562, pp. 30406, 30.485-6. Valencia: Generalitat Valenciana.

España. Real Decreto 1631/2006, de 29 de diciembre, *Boletín Oficial del Estado*, 5 de enero de 2007, núm. 5, pp. 710-711. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia.

España. Real Decreto 1146/2011, de 29 de julio, *Boletín Oficial del Estado*, 30 de julio de 2011, núm. 182, pp. 86.737. Madrid: Ministerio de Educación.



FORMACIÓN ACADÉMICA Y SITUACIÓN DE LOS RECURSOS HUMANOS DE CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE EN EL REINO UNIDO

Beatriz Bernabé Mahamud*

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física del Deporte, Graduada en Magisterio de Educación Primaria con mención en Educación Física.

Estefanía Castro Hernández

Colegiada nº 54.768 (Comunidad de Madrid)

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física del Deporte, Graduada en Magisterio de Educación Primaria con mención en Educación Física.

Tania Alegre Daza

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física del Deporte, Graduada en Magisterio de Educación Primaria con mención en Educación Física.

RESUMEN

En el presente artículo se propone conocer e investigar sobre el equivalente a Ciencias de la Actividad Física y del deporte en el Reino Unido. Es decir, se va a conocer la nomenclatura de su titulación, la formación y el plan de estudios, además de las posibles salidas laborales de los licenciados del Reino Unido en esta área y la situación laboral de las profesiones relacionadas con el deporte. También se van a tratar las leyes que regulan esta profesión en el Reino Unido.

Palabras clave: Formación, titulación, actividad física y deporte, situación laboral, recursos humanos.

Title: Education and situation of human resources of Science of Physical Activity and Sport in the United Kingdom.

ABSTRACT

The aims of this paper are to identify and investigate the equivalent of Sciences of Physical Activity and Sport in the UK. We want to know the nomenclature of the certification, the training and the curriculum, as well as possible job opportunities of graduates in the UK in this area and the employment situation of sport-related professions. Also, we will present the laws regulating the profession in the UK.

Key words: Training, Certification, sport and physical activity, employment status, human resources.

* Correo electrónico: beatriz_bm2@hotmail.com



INTRODUCCIÓN

Antiguamente en Europa, el concepto de educación física era el más empleado y utilizado cuando se quería hablar de actividad física aun sabiendo que tenía connotaciones educativas o pedagógicas. Ya Cagigal (1957) afirmó que la educación física ha de abarcar todo lo que pueda ser reconocido como educativo dentro de los ejercicios físicos.

Según el Libro Blanco del Deporte (2007), el término educación física se sigue manteniendo en el ámbito educativo y se ha preferido elegir un término más amplio para recoger desde la investigación básica sobre el movimiento o la actividad física general humana, hasta campos como el entrenamiento, la rehabilitación, la recreación o la gestión deportiva. A ese término genérico que cada país ha elegido se le incorpora la palabra ciencia o ciencias para significar la orientación científica del ámbito de estudio.

Así, en el Reino Unido, la denominación actual de la titulación que nos ocupa ha pasado de llamarse Educación Física a Ciencias del Movimiento Humano (Libro Blanco del Deporte, 2007). Por lo tanto, el nombre anglosajón de Ciencias del Movimiento Humano es considerado un equivalente al nombre español de Ciencias de la Actividad Física y Deporte.

FORMACIÓN EN CIENCIAS DEL DEPORTE EN EL REINO UNIDO

Seguindo al Libro Blanco del Deporte (2007):

“Según los datos de la UCA (Universities Admissions Centre) en el 2004, la oferta abarcaba 1700 cursos que guardaban relación con el deporte o las actividades físico deportivas. 139 instituciones ofrecen estos cursos en el Reino Unido. El título mayoritario que obtienen es “Bachelor of Sciences” o “Bachelor of Arts” (3 años). Las líneas son múltiples, pero las predominantes son Profesor de Educación Física, Gestión del Deporte, Entrenamiento, Salud (Health & Fitness), Ocio y Recreación. Para ejercer de profesor de Educación Física normalmente se requiere un curso de postgrado de cualificación profesional de 1 año de duración” (p.80).

Revisando varias universidades (Universidad de Chester, Universidad de Loughborough y Universidad de South Wales) se ha podido constatar que hay numerosas carreras relacionadas con deporte que están combinadas con otras áreas de conocimiento como puede ser el periodismo, coaching, gestión, física o tecnología. Esto concuerda con la información obtenida del Libro Blanco del Deporte (2007), según el cual, en el Reino Unido hay una múltiple oferta de títulos relacionados con el deporte además de ser la mayoría de ellos combinados.

A continuación se va a analizar el plan de estudios que se cursa en el Reino Unido (ver tabla 1). Para el estudio se han usado las siguientes categorías y se han relacionado con las letras de la A a la J.

■	Ciencia y motricidad	A
■	Fundamentos biológicos y mecánicos	B
■	Fundamentos comportamentales y Sociales	C
■	Fundamentos de los deportes	D
■	Manifestaciones de la motricidad	E
■	Enseñanza de la educación física	F
■	Entrenamiento deportivo	G
■	Actividad Física y Salud	H
■	Gestión- recreación deportiva	I
■	Otros	J



Tabla 1. Análisis del Plan de estudios en el Reino Unido (Libro Blanco del Deporte, 2007)

País	Reino unido	Deporte y ciencias del ejercicio		
	Total	500		
COD.	Materias	Créditos	Porcentaje por materias	Porcentaje por bloques
A	Ciencia y motricidad	70	14%	
B	Fundamentos biológicos y mecánicos	40	8%	
C	Fundamentos comportamentales y sociales	190	38%	
D	Fundamentos de los deportes	40	8%	
E	Manifestaciones de la motricidad	20	4%	
F	Enseñanza de la educación física	30	6%	
G	Entrenamiento deportivo	60	12%	
H	Actividad física y salud	30	6%	
I	Gestión - recreación deportiva	20	4%	
J	Otros	-	-	
	CIENCIAS APLICADAS			60%
	FUNDAMENTOS DE LOS DEPORTES			8%
	MANIFESTACIONES DE LA MOTRICIDAD			4%
	CONOCIMIENTO APLICADO			28%
	OTROS			

SALIDAS LABORALES

Según el Libro Blanco del Deporte (2007), las salidas laborales son múltiples, pero las más comunes en el Reino Unido son las siguientes:

1. Profesor de Educación Física.
2. Gestión del Deporte.
3. Entrenamiento.
4. Salud (Health & Fitness).
5. Ocio y Recreación.

A continuación, aparecen enumeradas todas las posibles salidas profesionales que nos podemos encontrar en el Reino Unido, según hemos podido encontrar en diferentes universidades (Universidad de Chester, Universidad de Loughborough y Universidad de South Wales):

▪ Enseñanza de Educación Física ▪ Gestión deportiva ▪ Entrenador ▪ Desarrollo deportivo
 ▪ Promoción de la salud ▪ Ocio y recreación ▪ Periodismo deportivo ▪ Policía/Bomberos ▪ Deporte para minusválidos ▪ Investigación.

SITUACIÓN LABORAL

La actividad física y el deporte constituye uno de los fenómenos más importantes del siglo XX, tanto por sus beneficios a las sociedades como por su enorme progreso económico y cultural (Campos-Izquierdo, 2004).



Como dicen Le Roux y Camy (1998) actualmente se puede considerar que uno de cada dos europeos practica una actividad deportiva, uno de cada cinco lo hace en el marco de asociaciones federadas y casi todos ellos siguen los acontecimientos deportivos en directo o por televisión.

Organizado, en gran medida en asociaciones, el deporte se apoya en las autoridades públicas, en distintos grados según los países, y, en los últimos años, ha adquirido una creciente orientación comercial. Más allá de sus límites inmediatos, el deporte tiene un impacto en actividades que afecta a gran número de diferentes sectores: construcción de instalaciones, artículo deportivos, sector textil y alimentación, servicios sanitarios, información y comunicación (Le Roux y Camy, 1998).

EL EMPLEO EN EL SECTOR DE LOS DEPORTES EN EL REINO UNIDO

El Reino Unido contaba en 1998 con cuatro veces más empleos deportivos que España (221.449 empleos frente a 56.300) (Libro Blanco del Deporte, 2007). Además es un país que, al igual que España, cuenta con una alta financiación privada ya que el 84% de las ayudas al deporte vienen de las empresas privadas (Le Roux, Chantelat, Camy, 1999).

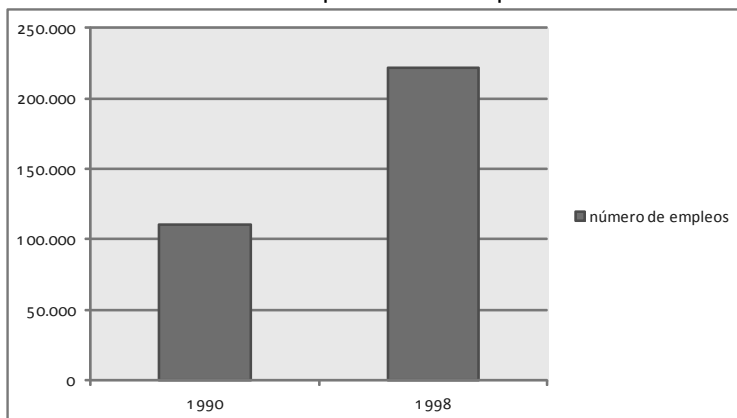
La previsión de los fondos públicos para el deporte es mucho más baja, sólo un 16% y de esa cantidad, el 95% proviene de las comunidades locales (Le Roux y col., 1999).

Volumen total de puestos de trabajo y tendencias.

El sector de los deportes representa alrededor de 800.000 puestos de trabajo en los 25 Estados de la UE, que se ejercen como actividad principal pero no son siempre empleos a tiempo completo. El reino unido supone, por sí sólo, el 33% del empleo total de los 25 estados de la UE, que se sitúa en el 0,94% del total de la población inglesa activa con 269.872 empleos (Camy, 2006).

Como se puede apreciar en el gráfico 1, del año 1990 al año 1998, el crecimiento del empleo en el sector del deporte experimentó una crecida del 100%, pasando de tener 110.748 empleos en 1990 a 221.449 en 1998 (Le Roux y col., 1999).

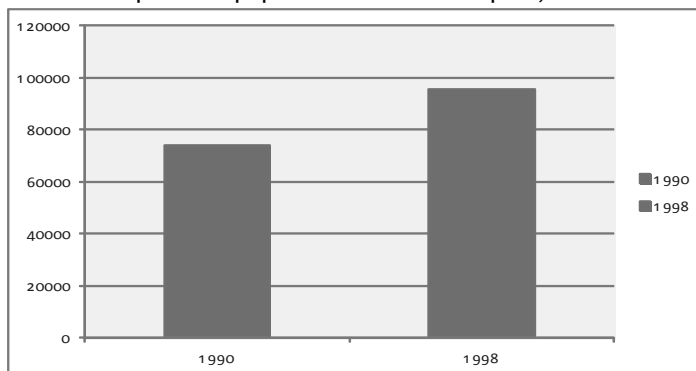
Gráfico 1. Crecimiento del empleo en el sector deporte de 1990 a 1998.



Empleo a tiempo parcial

En Reino Unido el porcentaje de personas empleadas a tiempo parcial es sensiblemente superior en el sector deportivo que en otros sectores. Esta situación corresponde a características estructurales de la oferta de empleo, ya que suele haber pequeñas estructuras que tiene una actividad reducida o concentrada en algunas horas del día. También depende de los solicitantes de empleo, ya que son especialistas que disponen de aptitudes limitadas (Le Roux y col., 1999). Si comparamos la evolución que ha tenido el empleo a tiempo parcial en el sector deportivo (ver gráfico 2), podemos ver que en 1990 el número de trabajos de este tipo era de 74.000 (67%) y en el 1998 creció hasta los 95.700 pero no así el tanto por ciento (43,2) (Le Roux y col, 1999).

Gráfico 2. Empleo a tiempo parcial en el sector del deporte, de 1990 a 1998.

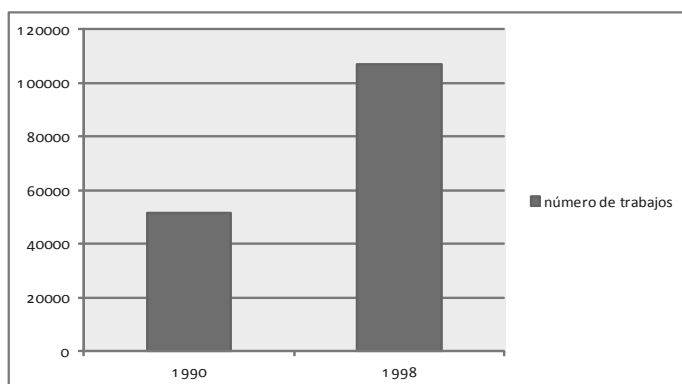


Los jóvenes y el empleo

En el Reino Unido, los jóvenes terminan sus estudios muy pronto sin beneficiarse de los programas que combinan la formación con el empleo (Le Roux y col., 1999). La evolución de los menores de 25 años ha sido de 30.200 trabajos en el 1990 a 75.400 en el 1998 (Le Roux y col., 1999) (Ver gráfico 3).

Según un informe de UCAS en 1998 sobre el primer empleo, recogido en la página web de la Asociación Británica de Deporte y Ciencias del Ejercicio, después de la graduación, el 40% de los estudiantes de ciencias del movimiento humano terminan trabajando en deporte y ocio, otro 40% se centra en áreas como los servicios financieros, la banca y productos farmacéuticos. El 20% restante a la enseñanza o la investigación.

Gráfico 3. Menores de 25 años en el sector del deporte, de 1990 a 1998.



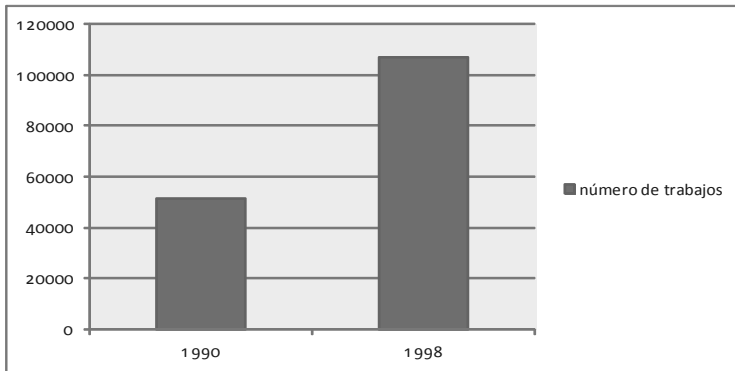
Trabajadores por cuenta propia

En 1998 podemos decir que es de un 12,2% el porcentaje de trabajadores por cuenta propia en el sector deportes, siendo ligeramente inferior a la media europea que es del 15% (Le Roux y col., 1999).

Mujeres en el sector deportes

Se puede observar que ha habido un aumento en el volumen de trabajo del año 1990 al 1998, de 51.500 a 107.000, aunque ligero en el tanto por ciento, ya que éste va del 46,9% al 48,3% (Le Roux y col., 1999) (ver gráfico 4). Pero se puede decir que en el Reino Unido, el sector deportes está repartido igualitariamente para hombres y mujeres. (Camy, 2006).

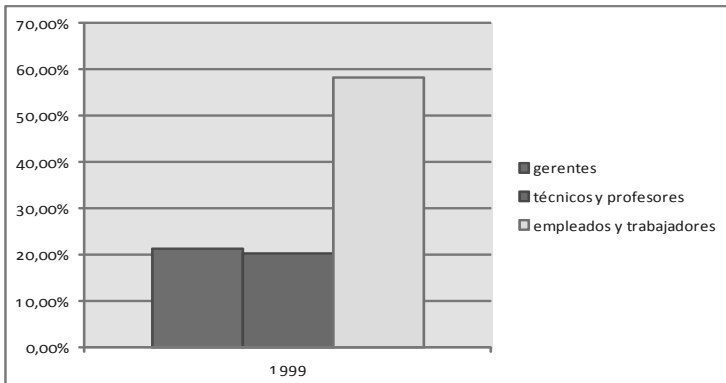
Gráfico 4. Mujeres en el sector deportes de 1990 a 1998.



Estructura ocupacional del sector deportivo en el Reino Unido

En el 1999, la ocupación de gerente obtenía el 21,3 % de la estructura ocupacional, el 78,6% restante se dividía entre técnicos y profesores con un 20,4% y en empleados y trabajadores con un 58,3% (Le Roux y col., 1999) (ver gráfico 5).

Gráfico 5. Estructura ocupacional del sector deportivo en el reino unido en 1999.



Evolución del número de empleados en el sector deportes.

Se ha experimentado desde el año 1980 hasta el 1996 un notable aumento de los trabajadores en los distintos puestos de trabajo, experimentando el mayor aumento la profesión de profesor de 1990 a 1996 (tabla 2).



Tabla 2. Evolución del número de empleados en el sector deportes (Chantelat, 2001).

	Año	Trabajadores
GERENTES	1980	10001
	1990	20156
	1996	47284
PROFESORES	1980	4599
	1990	9967
	1996	45140
EMPLEADOS/ OBREROS	1980	58400
	1990	80625
	1996	129027
TOTAL	1980	73000
	1990	110748
	1996	221451

LEYES QUE LO REGULAN

En el Reino Unido, no existe una ley o marco sobre el deporte, ya que no existe ningún requisito de distribución de tareas entre el Estado y el movimiento deportivo. (Le Roux y col., 1999). En cada zona y en cada disciplina de trabajo existen unas reglas que todo el mundo cumple.

Ampliando la información en este sentido podemos destacar que el sector deportivo tiene a su disposición un colegio profesional, llamado “The British Association of Sport and Exercise Sciences” que traducido quedaría como Asociación Británica del Deporte y Ciencias del Ejercicio, el cual vela por los intereses del deporte y el ejercicio científico. Es una asociación que se estableció en la década de 1980 con el objetivo de promover la ciencia en el deporte y el ejercicio. Es voluntaria, sin fines de lucro con una membresía profesional de casi 3000 personas.

La asociación representa los intereses del deporte del Reino Unido y la ciencia del ejercicio, tanto a nivel nacional e internacional, y difunde el conocimiento a través del deporte, el ejercicio y sector de la salud a través de conferencias, seminarios, publicaciones y talleres.

CONCLUSIÓN

El Reino Unido cuenta con numerosas carreras relacionadas con el deporte. Las salidas laborales son múltiples siendo la de profesor de Educación Física la que ocupa el primer puesto. Si nos centramos en el empleo, el Reino Unido representa por sí solo el 33% de empleo deportivo en la UE. Este sector ha experimentado un crecimiento del 100% de los años 1990 a 1998, habiendo crecido también notablemente el tanto por ciento de jóvenes y ligeramente el de mujeres. El empleo a tiempo parcial en este ámbito es alto, habiendo registrados muy pocos trabajadores



por cuenta propia. En cuanto a la estructura ocupacional los empleados/obreros son los que obtienen un porcentaje más alto pero es la profesión de profesor la que experimenta un mayor crecimiento.

REFERENCIAS

- Cagigal, J.M. (1957). *Hombres y deporte*. Madrid: Taurus.
- Campos-Izquierdo, A. (2004). *Situación profesional de las personas que trabajan en funciones de actividad física y deporte en la comunidad autónoma valenciana*. Tesis doctoral, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad de Valencia.
- Camy, J. (2006). Employment opportunities in the sports sector: a review of the European situation. En G Di Cola (Ed.), *Beyond the scoreboard. Youth employment opportunities and skills development in the sports sector* (pp. 85-104). Geneva: International Labour Office.
- Camy, J. y Le Roux, N. (1998). "L'emploi dans le secteur et la filière du sport en Europe: Situation et perspectives", *Report of the Congress Il diploma e la laurea in educazione fisica nella realta professionale attuale e nelle prospettive future*, 23 de noviembre, Svoltosi, ISEF Lombardia
- Chantelat, P. (2001). *La professionalisation des organisation sportives. Nouveaux enjeux, nouveaux débats*. París: L' Harmattan.
- Comisión de las Comunidades Europeas. (2007). *Libro Blanco sobre el Deporte*. Madrid: COM.
- Le Roux, N., Chantelat, P. y Camy J. (1999). *Sport et emploi en Europe*. Francia: Universidad de Lyon.
- The British Association of Sport and Exercise Sciences (n.d.). Recuperado el 30 de mayo desde <http://www.bases.org.uk/Home>
- Universidad de Chester (n.d.). Recuperado el 30 de mayo desde <http://www.chester.ac.uk/undergraduate/sport-and-exercise-sciences>
- Universidad de Loughborough (n.d.). Recuperado el 30 de mayo de 2013 desde <http://www.lboro.ac.uk/prospectus/ug/courses/dept/sehs/index.htm>
- Universidad de South Wales (n.d.). Recuperado el 30 de mayo de 2013 desde <http://www.southwales.ac.uk/>

EL COLEFCCAFE-CV OPINA



ME MUEVO, LUEGO EXISTO

Rafael Martín Acero. Colegiado nº 10.780 (Galicia)

Miguel Fernández del Olmo

Doctores en Ciencias del Deporte y la Educación Física y profesores en la Universidad de La Coruña

EL SEDENTARISMO, como estilo de vida de casi la mitad de nuestros niños y adolescentes, es un síndrome compuesto por el fenómeno de la escolarización obligatoria y por otros síntomas como la baja capacidad de esfuerzo, el fracaso escolar, el sobrepeso u obesidad y/o la baja condición física. Nuestro sistema escolar es dualista, limita el impulso y la expresión de la actividad corporal, es una institución cartesiana que no resuelve los síntomas, y, de momento, no hace mucho por ser parte de la solución. El sedentarismo en edades de escolarización dualista obligatoria se identifica como síndrome del error de Descartes, en los centros escolares concurren, en tiempo, espacio y forma, con variadas causas o etiología, algunos síntomas que ya están catalogadas como epidemias, la del fracaso escolar, y la del sobrepeso y obesidad.

Existe un síndrome y, sin embargo, para afrontarlo se organizan acciones parciales y lineales. Los responsables de Educación y Sanidad aún no han asumido que la acción de los impulsos biológicos (estados corporales y emociones) son un fundamento indispensable para la racionalidad (El error de Descartes, Antonio Damasio) como ha demostrado la neurociencia. Nuestros dirigentes continúan instalados en un pasado dualista y plantean un futuro de reformas que consolidan lo antiguo del monocultivo cognitivo cartesiano, pretenden educar tan solo informando, tarea contestable, pero sobre todo inocua frente a las epidemias que dicen querer resolver. Este síndrome queda conformado por sus consecuencias en el estilo de vida sedentario y por sus causas, entre las que se encuentra la no intervención sinérgica sobre lo corporal, lo cerebral y lo mental. Las políticas públicas aspiran a seguir sugiriendo, induciendo o, en el mejor de los casos, convenciendo, a través de la instrucción, llenando la institución escolar de contenidos, asignaturas, reválidas o bifurcaciones administrativas y estadísticas. Ya ha llegado la imaginación legislativa y estadística al poder, ahora nos queda desear que los administradores manifiesten una imaginación y voluntad poderosa, más eficaz a partir de la naturaleza humana, a la que es inmanente o inherente lo corporal, lo cerebral y lo mental, aunque racionalmente (otro peaje dualista) puedan distinguirse de ella y entre ellas, sean al estudiarlas, definir las, o jerarquizarlas.

En el frontispicio de la Ley Orgánica de Mejora de la Calidad Educativa (Lomce) está grabado el cogito ergo sum (pienso, luego existo) de Descartes. Si la Lomce persiste en el mismo error que nuestro respetado sabio, la Lomce, que aspira a mejorar significativamente el rendimiento escolar, se instala en el mismo error que Descartes, es una ley de Educación dualista, que tiene pocas posibilidades de incidir educativamente en los hábitos de los escolares y no tendrá posibilidad real de mejorar ni la cultura del esfuerzo, ni el rendimiento escolar, ni la salud y el bienestar de los niños y adolescentes. Tampoco esta ley garantiza lo que manda la Constitución Española en su artículo 43: «Los poderes públicos fomentarán la educación sanitaria, la educación física y el deporte. ...». Y, aunque por presión del Ministerio de Sanidad al Ministerio de Educación, Cultura y ¿Deporte?, la Lomce recoge en una disposición que las «Administraciones promoverán la práctica diaria de deporte y ejercicio físico por parte de los alumnos durante la jornada escolar», la ley no determina ni horarios, ni contenidos, ni responsables, ni indicadores objetivos de evaluación y seguimiento.



Al Ministerio de Sanidad le interesa garantizar un incremento del nivel de capacidad física en escolares con sobrepeso u obesidad (45%), ya que científicamente está demostrado que tendrá efectos beneficiosos presentes y futuros en diferentes indicadores del estado de salud, incluida la cantidad de grasa corporal. El sobrepeso y la obesidad de los escolares es un problema de salud pública, pero quien piense que es solo un problema sanitario, estará fomentando el síndrome del error de Descartes. El fracaso escolar es un problema público de enseñanza, pero quien piense que es solo un problema de instrucción o de formación, estará fomentando el síndrome del error de Descartes. Al Ministerio de Educación le interesa que disminuya la incidencia del sobrepeso y la obesidad en escolares, ya que las investigaciones más recientes lo determinan como factor de riesgo para el rendimiento académico, sobre todo en chicas y en escolares de nivel socioeconómico bajo, ya se ha comprobado que al intervenir sobre ellos preventivamente disminuye su tendencia a la baja en el rendimiento académico.

Aumentando y garantizando la práctica diaria de actividad física adecuada se mejora la condición física de los escolares, que incidirá en su composición corporal y salud, aumentará su capacidad de trabajo y esfuerzo, mejorará su autoconcepto y estima e influirá sobre el rendimiento académico. Esta práctica diaria de calidad incidirá en el desarrollo positivo de todo el sistema psicobiológico de cada niño o joven. La evidencia científica es contundente: los procesos mentales y físicos son mutuamente dependientes. Descartes se encontraba en un error justificado en sus tiempos, pero la Lomce persiste en este error del dualismo, contra las evidencias científicas, y contra la experiencia de los sistemas de enseñanza más exitosos (Finlandia, Corea del Sur, o California, por ejemplo), perpetuar el error, en estos tiempos, no tiene justificación ni científica, ni social, ni económica

Mejorar, por ejemplo, la fuerza muscular o el tiro en baloncesto, por sí mismos, no van a mejorar el rendimiento en Matemáticas o en Lengua, por tanto no se trata de elaborar relaciones directas de causa-efecto entre tipos de actividades físico deportivas y rendimiento académico, pero sí hay que reconocer que la formación equilibrada (¡todos los días!) entre Educación Física y otras actividades cognitivas, emocionales y sociales, promueve la salud integral y la capacidad intelectual. Si no se garantiza una hora diaria de Educación Física en el proyecto docente de cada centro escolar (deporte, ejercicio, actividad en naturaleza, danza, recreos activos, etc.), dirigida y controlada por los profesores de Educación Física, se minimiza la estimulación adecuada de todos los escolares, teniendo peores consecuencias entre quienes más lo precisan.

*El Mundo (p 21) 26/09/2013
TRIBUNA: OTRAS VOCES - Educación*

http://quiosco.elmundo.orbyt.es/modotexto/paginanoticia.aspx?id=18111005&tipo=1&sec=el%20mundo&fecha=26_09_2013&pla=pla_11014_madrid



BOLETÍN DE INFORMACIÓN COLEGIAL





PRESENTACIÓN

Os presentamos a continuación el Boletín de Información Colegial núm. 75 que corresponde a la memoria de los actos y acontecimientos más importantes transcurridos a lo largo del año 2013.

Como acontecimientos relevantes, destacamos la despedida a nuestro compañero José Miguel Montesinos Sanchís, quien con motivo de su Jubilación, cesó en su cargo como Vicepresidente y pasó a formar parte de la familia de compañeros Jubilados a los que esta Corporación de Derecho público les debe tanto por todo su buen hacer a lo largo de la historia de este Colegio Profesional. Además destacamos que a finales de año se ha producido la Convocatoria de un nuevo procedimiento electoral a la Junta de Gobierno del ICOLEFCAFE-CV, que ha permitido la entrada de nuevos compañeros/as a ocupar los distintos cargos de la misma, quienes están llamados a acometer nuevos retos, siguiendo con la línea de trabajo que este colegio ha tenido a lo largo de sus historia.

Por lo que al ámbito jurídico se refiere, el presente ejercicio ha venido sucedido de nuevos éxitos para nuestro colectivo, así se puede constatar en el informe jurídico que se adjunta al final del presente boletín. El ICOLEFCAFE-CV, sigue aglutinando Sentencias favorables a las peticiones de este colectivo profesional. En este 2013 se han iniciado los trámites de denuncia para localidades como Torrevieja y la petición judicial de cumplimiento de sentencia contra los Ayuntamientos de Benetússer y Burjassot, siendo que ambos no han cumplido las sentencias anteriores, favorables al ICOLEFCAFE-CV. Estas acciones muestran la plena disposición de nuestro colectivo a seguir defendiendo los intereses de nuestra profesión y a pesar de las dificultades económicas que ha supuesto la imposición de unas nuevas tasas judiciales a la hora de tramitar dichos procesos de denuncia, la Junta de Gobierno del ICOLEFCAFE-CV ha seguido en la línea de priorizar los recursos en esta partida judicial para seguir atendiendo a la necesidad existente de regularizar la situación dentro de nuestro sector.

Asimismo el año 2013 ha mostrado una continuidad en el crecimiento del colectivo, si bien en 2011 superábamos la barrera de los 500 Colegiados y en 2012 se producían más de 80 ALTAS, 2013 ha servido para romper la barrera de los 600 Colegiados/as y doblar el número de Precolegiados/as. Estos hechos no hacen si no reafirmar la pretensión de que un colectivo unido y grande puede hacer frente con más recursos a las necesidades que nuestro sector nos plantea en la actualidad.

Desde la Junta de Gobierno, esperamos que el ICOLEFCAFE-CV continúe creciendo en en los sucesivos ejercicios y para ello se seguirán realizando todas aquellas acciones que nos permitan seguir creciendo como colectivo, ganar enteros en cuanto a las administraciones se refiere y con ello contribuir a que el ejercicio de nuestra profesión sea más digno que el que nos plantea la realidad. Por tu pertenencia al ICOLEFCAFE-CV te damos las GRACIAS, JUNTOS SEREMOS MÁS FUERTES.

CUOTAS 2013

La cuota colegial para 2013 se mantuvo con respecto a las de 2012, dejando en 125€ la cuota para condición de Colegiados Ejercientes, 62,50€ para la condición de Colegiados No Ejercientes y 90€ en la condición de Ejerciente Reducida. La domiciliación de las cuotas se pasó en el mes de febrero. Se informa a aquellos colegiados que por algún motivo no tienen aún domiciliada la cuota que la hagan efectiva lo más pronto posible poniéndose en contacto con las oficinas para regularizar su situación.



RESOLUCIÓN PREMIOS, CONCURSOS ICOLEFCAFE-CV 2013 “VIII PREMIO DE ARTÍCULOS sobre “ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE”

Este año han habido se han otorgado un accésit, cuyos títulos y autores se detallan seguidamente:

- **Accésit Art. Científicos ICOLEFCAFE-CV 2013 a “Situación actual de la gestión de instalaciones deportivas de la comunidad valenciana desde una perspectiva cualitativa”.** Autor: D. Eduardo Mata Varea. Colegiado nº10.946.

“III PREMIO DE ARTÍCULOS DIVULGATIVOS sobre “ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE”

En esta tercera edición, se ha otorgado dos premios a los trabajos presentados bajo los títulos y autores que se detallan seguidamente:

- **Premio Art. Divulgativos ICOLEFCAFE-CV 2013 a “Resumen de las actuaciones jurídicas de los recursos interpuestos por el colefcafe-cv: un paso hacia la regulación de las profesiones del deporte”.** Autor: D. Vicente Montañana Olaso. Colegiado nº 54.363.
- **Premio Art. Divulgativos ICOLEFCAFE-CV 2013 a “La lucha deportiva de la mujer en Segorbe durante el periodo de la posguerra civil española”.** Autora: D^a. Estefanía Sales Borrás. Colegiada nº 52.200.

“VIII CONCURSO FOTOGRÁFICO sobre ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE”

En esta edición se ha otorgado únicamente un premio. El trabajo premiado y su autor fue:

- **“Kite-Surf hasta Tabarca”.** Accésit de Fotografía ICOLEFCAFE-CV. Autor: D. Luís Alted Martí. Colegiado nº10.754.

“VII AYUDAS PARA LA FORMACIÓN”

En esta edición, la Junta de Gobierno ACORDÓ otorgar dicha ayuda a:

- Calabuig Moreno, Ferran; Colegiado nº 7.580.
- Núñez Pomar, Juan Manuel; Colegiado nº 11.201.
- López Bondía, Ignacio; Colegiado nº 13.139.
- Castellano Castellanos, Tomás; Colegiado nº 53.850.

NOTICIAS COLEGIALES Y PROFESIONALES

PLAN DE FORMACIÓN ICOLEFCAFE-CV 2013-2014

El Plan de formación presentado para el curso académico 2013-2014 ha estado compuesto por un total de 10 cursos de formación, todos ellos de 30 horas de duración. Asimismo se informa al colectivo que dichos NO TODOS los cursos fueron aprobados por la Consellería de Educación. Informamos que los que SI fueron APROBADOS, como en anteriores ocasiones la Consellería de



Educación solo reconoce y certifica los méritos al personal docente ejerciente y a aquellas personas que ya estén inscritas en la bolsa de trabajo, la puntuación reconocida por la realización de dichas actividades es de **0,2 puntos**. Seguidamente se detalla la relación de Cursos que conforman el Plan de Formación del ICOLEFCAFE-CV:

Título	Duración	Resolución Conselleria Educació
<i>Las Modalidades de Pilota Valenciana. Aplicación Práctica</i>	30h.	APROBADO
<i>Las Técnicas de Relajación en Educación Física en Primaria, Secundaria y Bachiller. Una aportación desde la Reflexología Podal</i>	30h.	APROBADO
<i>Curso básico teórico-práctico de BTT</i>	30h.	APROBADO
<i>Herramientas para una actividad física saludables: De la gimnasia de "mantenimiento" a una AF integral y saludable</i>	30h.	<i>No Aprobado por Conselleria</i>
<i>Juegos y dinámicas para la enseñanza del socorrismo acuático</i>	30h.	APROBADO
<i>Hábitos saludables y prescripción de ejercicio para niños sanos y poblaciones especiales en educación física</i>	30h.	APROBADO
<i>Curso de certificación internacional en cineantropometría: ISAK Nivel I</i>	30h.	<i>No Aprobado por Conselleria</i>
<i>Seguridad en Montaña para profesores</i>	30h.	APROBADO
<i>Técnicas de supervivencia en la naturaleza</i>	30h.	APROBADO
<i>Técnicas de progresión y conducción de grupos con cuerdas y aparejos en el medio natural</i>	30h.	APROBADO

Se informa al colectivo que los Cursos **NO APROBADOS** por la Conselleria, solo implica que no serán reconocidos para méritos de oposiciones o concursos de traslado, pero si estarán certificados por el ICOLEFCAFE-CV.

En nuestra Web encontraréis los trípticos informativos de algunos Cursos de Formación con el periodo de inscripción ABIERTO. No obstante también podéis solicitar en nuestras oficinas, a través de correo electrónico, un listado/informe de todos los Cursos que os resulten interesantes, para informaros debidamente sobre fechas y situación de los mismos.

ACTOS DE GRADUACIÓN 2013

Durante el 2013 el ICOLEFCAFE-CV ha estado presente en todos los Actos de Graduación de las diferentes Universidades de la Comunidad Valenciana que ofertan en su Plan de Estudios, las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Seguidamente se detallan las fechas de dichos Actos y seguidamente una selección de imágenes de los mismos que ya fueron difundidas al colectivo por medio de la web y redes sociales:



- 19 de Junio de 2013, Acto de Graduación de la Universidad de Alicante. Representante del ICOLEFCAFE-CV, D. Xavier Tomàs Esmel, Presidente.
- 21 de Junio de 2013, Acto de Graduación de la Universitat de València. Representante del ICOLEFCAFE-CV, D. Vicente Miñana Signes, Secretario.
- 27 de Junio de 2013, Acto de Graduación de la Universidad Miguel Hernández de Elche.



Acto de graduación Universidad de Alicante



Acto de graduación Universitat de València



Acto de graduación Universidad Miguel Hernández de Elche

VISITAS A LAS UNIVERSIDADES DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

El 2013, se ha seguido con la línea de trabajo de ejercicios anteriores para dar a conocer al colectivo de estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, los servicios que el ICOLEFCAFE-CV presta al colectivo de Colegiados/as, los beneficios que supone pertenecer a este colectivo y que sigue precisando incrementar sus miembros para seguir creciendo como colectivo y poder defender mejor los intereses de los colegiados y derechos de los ciudadanos. Con este propósito y con la inestimable colaboración de la Universidad Católica de Valencia, la Facultat de Ciències de l'Activitat Física i l'Esport de la Universitat de València, la Universidad Miguel Hernández de Elche y la Universidad de Alicante, el colectivo de PRECOLEGIADOS se ha visto incrementado notoriamente llegando a la cifra de 413 a finales de 2013. Sin duda un dato que hace que estemos de enhorabuena, pero que todavía anda lejos de nuestro propósito que es el de conseguir la plena Precolegiación autonómica del colectivo de Estudiantes de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

REVISTA CIENTÍFICA. ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE: CIENCIA Y PROFESIÓN

Ya se han publicado los números 17 y 18 de nuestra Revista, los cuales pueden ser descargados, en su versión digital, en la web del ICOLEFCAFE-CV. Recordamos Que el último número sólo está al acceso de los Colegiados/as por lo que se encuentra dentro de la Intranet, la cual requiere de autenticación. El resto de números pueden ser descargados por todo aquel que esté interesado/a dentro del apartado de "Publicaciones" en nuestra Web.

Recordar a l colectivo que además de poder publicar los artículos científicos que envían los interesados y el premio de artículos científicos del ICOLEFCAFE-CV. Para próximos números os animamos, nuevamente, a que nos enviéis vuestras investigaciones y vuestros trabajos en cualquier ámbito: educación, entrenamiento, medio natural, etc. En la web dentro del apartado de publicaciones encontraréis las instrucciones pertinentes a seguir para cumplir con los requisitos de publicación._

Como ya sabéis, desde 2010, nuestra Revista, esta registrada e indexada en Latindex, Dialnet, SportDoc, ISOC (CINDOC), IN-RECS y DICE.

REUNIONES DE LA JUNTA DE GOBIERNO Y ASAMBLEA

REUNIONES JUNTA DE GOBIERNO DEL ICOLEFCAFE-CV.

Nuestra Junta de Gobierno se ha reunido durante el año 2013 el 17 de enero, el 1 de febrero, 22 de marzo, 7 de junio, 27 de septiembre, 23 de octubre, 21 y 29 de noviembre y finalmente el 19 de diciembre.

REUNIÓN ASAMBLEA GENERAL ICOLEFCAFE-CV.

La Asamblea General de colegiados fue convocada para el sábado 07 de junio de 2013.

LA REUNIÓN DEL PLENO DEL CONSEJO GENERAL DE COLEF y CAFD.

El Pleno del Consejo General de COLEF y CAFD de España, en 2013 se realizó en Madrid, los días 09 y 10 de Marzo.

COMISIONES DEL ICOLEFCAFE-CV

En 2013 se ha seguido con la línea de trabajo de la **Comisión de Regulación**, solicitando a las administraciones sendas reuniones para acometer los distintos problemas concernientes a nuestra profesión, entre otros la problemática que existe en los Ayuntamientos quienes ocupan en los cargos destinados a la gestión deportiva a personal inferiormente cualificado e incluso a personal no cualificado. En este sentido indicar que los miembros de la Comisión de Regulación, encabezados por el Presidente Tomàs, se reunieron el 22 de Mayo de 2013 con D. Miguel Bailach Luengo, Diputado de Juventud y Deportes, de la Diputación de Valencia. Posteriormente, el 19 de septiembre de 2013 se mantuvo una nueva Reunión con el Sr. D. Rafael Carbonell Peris, Secretario autonómico de Educación y Formación y se iniciaron los contactos pertinentes para reunirse con el Secretario autonómico de Cultura y Deporte, D. Rafael Ripoll, con el que finalmente se produjo la Reunión el 21 de enero de 2014.

En lo referente a la **Comisión de Captación y fidelización de Colegiados y Precolegiados**, cuyo Coordinador, D. Eduardo Mata Varea (miembro Vocal de la Junta de Gobierno del ICOLEFCAFE-



