

A TRIO

REVISTA DIGITAL DE PUBLICACIÓN SEMESTRAL N° 4 AÑO 3. JUNIO 2016

PLATAFORMA DE REALIDADES LITERARIAS EN EL DEPORTE





© Universidad de Carabobo
© Andrés Ascanio

Hecho en Depósito de Ley
Depósito Legal: **ppi201402CA4547**
Valencia, Venezuela

RIF. G-20000041-4

Andrés Ascanio Editor Fundador

Andrés Ascanio Director – Editor

Consejo Editor

Facultad de Ciencias de la Salud – Universidad de Carabobo

Daniel Aude, Everilda Arteaga, Gilberto Bastidas, Haifah Kuder, Amílcar Pérez, Salvador Bucella

Facultad de Ciencias de la Educación – Universidad de Carabobo

Rafael Ascanio

Facultad de Ingeniería – Universidad de Carabobo

Yraima Aguilar, Enrique Flores

Facultad de Ciencias Económicas y Sociales – Universidad de Carabobo

Dhynaida Quintana

Sociedad Venezolana de Ondas de Choque de Uso Médico

Roberto Audain

Diagramación de Portada: Yussi Calderón

Arte Final: Yussi Calderón

Portada: *Integrantes del equipo de Proyecto de Extensión Universitaria “Prevención de riesgos lesivos en el fútbol” (aprobado por el CU-018-1786-2016), con la Selección de Fútbol Femenino Sub 15 del Estado Carabobo.*

Disponible en <http://servicio.bc.uc.edu.ve/revistas/index.htm>

Publicación Semestral

Distribución Gratuita

Se permite a los lectores de esta revista copiarla, imprimirla, exhibirla, divulgarla, distribuirla y usarla con fines académicos, previa cita a la fuente.



Autoridades Universitarias

Jessy Divo de Romero
Rectora

Úlises Rojas
Vicerrector Académico

José Ángel Ferreira
Vicerrector Administrativo

Pablo Aure
Secretario



Editorial

En Venezuela, la actividad deportiva y recreativa está consagrada como un derecho de toda persona que persigue

Diversos instrumentos legales vigentes, tales como la Constitución Nacional, la Ley Orgánica de Educación y la Ley Orgánica del Deporte, a su vez señalan la inserción del deporte y la recreación en todos los niveles de nuestro sistema educativo, como elementos que propician una formación integral en el ser humano. A nivel universitario, la Ley de Universidades vigente establece que la enseñanza estará dirigida a la ya antes mencionada formación integral; es así como nuestras instituciones están en el deber de realizar todos los esfuerzos para garantizar la promoción del deporte y la recreación y participación de los distintos actores en dichas instituciones en todo lo relacionado a estos aspectos.

Es el caso de la Facultad de Ingeniería de la Universidad de Carabobo, que desde la reforma curricular del año 1997 incluyó el Deporte como asignatura en los planes de estudios de todas las carreras ofrecidas por dicha Facultad; dando un paso hacia el logro de la formación integral del futuro profesional. Sin menoscabo de este importante hecho, es de destacar que no ha sido ésta la única acción que es muestra de la presencia del deporte y la recreación en el quehacer diario de la Facultad.

Estando la actividad deportiva y de recreación reconocida internacional y nacionalmente dentro del marco de la extensión universitaria, en los últimos años se han realizado proyectos de extensión asociados a la práctica de disciplinas deportivas tanto en el entorno intra universitario como extra universitario; teniéndose activo al momento de la salida de la presente publicación una Escuela de Ajedrez de la Facultad.

Así mismo, se han desarrollado en la Facultad de Ingeniería una importante cantidad de proyectos de servicio comunitario, que se derivan del Macroproyecto “El Servicio Comunitario desde la Gerencia Deportiva Universitaria”, donde los conocimientos técnicos de nuestros estudiantes y docentes son empleados para contribuir al buen estado y buen funcionamiento de las instalaciones deportivas en nuestra institución, lo que a su vez favorece la práctica deportiva.

contribuir la mejora de la calidad de vida desde el punto de vista individual y colectiva.

Desde esta perspectiva, siendo en la Universidad de Carabobo una característica resaltante que los proyectos de servicio comunitario estudiantil se formulan y ejecutan bajo un enfoque cualitativo de investigación – acción – participación, los resultados de dichos proyectos representan productos de investigación que perfectamente pueden ser presentados (y ya lo han sido) por los distintos actores involucrados en dicho proceso de investigación (estudiantes, comunidades, instituciones, docentes) para ser publicados en eventos científicos y revistas cuya temática sea la investigación en el área social.

Es en este sentido que puede afirmarse que las acciones extensionistas del deporte y recreación representan elementos que perfectamente pueden conducir a la articulación de la docencia, a través de la formación integral de nuestros estudiantes y docentes, con la investigación, mediante la generación de conocimientos provenientes de dichas acciones, y a su vez con la extensión, que persigue como uno de sus fines la mejora de la calidad de vida del entorno tanto intra como extra universitario.

La Revista Atrio, pionera en Venezuela en materia de divulgar productos científicos asociados al deporte y la recreación, se convierte entonces en la ventana por excelencia para este fin, fortaleciendo la triada docencia – investigación – extensión en búsqueda de lograr cada vez más una mejor formación integral del profesional que tanto requiere nuestra nación. Desde el Comité Editorial de la Revista Atrio, respetuosamente, les invitamos a la lectura y disfrute de todos estos productos académicos.

Ing. Enrique V. Flores C., MSc.
Director de Extensión y Relaciones Interinstitucionales
Facultad de Ingeniería
Universidad de Carabobo.



C ontenido	Pág.
Editorial	IV
Educación física y deporte su evolución en periodos históricos mundiales y de Venezuela como base para la teorización de estudios de postgrado en la Universidad de Carabobo <i>Gilberto Bastidas, Everilda Arteaga y Andrés Ascanio</i>	6
El deporte en los estudios de pregrado de la Facultad de Ciencias de la Salud <i>Lismey Britapaz</i>	13
La Integración del Currículo en estudios de IV nivel sobre Deporte y Salud <i>Régulo Rauseo</i>	21
PERFIL DE LA REVISTA	25
GUÍA PARA LOS AUTORES	26
GUÍA PARA LA PREPARACIÓN DE LOS ARTÍCULOS	27
FORMATO PARA EL ARTÍCULO	31
FORMATO PARA SOLICITUD DE PUBLICACIÓN	33



Educación física y deporte su evolución en periodos históricos mundiales y de Venezuela como base para la teorización de estudios de postgrado en la Universidad de Carabobo

Bastidas G¹, Arteaga E², Ascanio A¹.

¹ Departamento de Salud Pública, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Carabobo.

bastidasprotozoo@hotmail.com.

² Departamento Clínico Integral del Norte, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Carabobo.

¹ Departamento de Salud Pública, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Carabobo

Recibido: 24 de Abril 2016 Revisado: 20 de Junio 2016 Aceptado: 15 de Julio de 2016 Código: 01

Resumen

La integración de conocimientos de distintas disciplinas en estudios de cuarto y quinto nivel, pasan primero por reconocer y conocer la historia del hecho o actividad humana que se quiere plasmar en programas de formación e investigación, especialmente en disciplinas como la actividad física y el deporte que tienen carácter inter y multidisciplinario, como intervenciones creativas que los docentes y científicos de las casas de educación universitaria deben aportar, en su función rectora de la educación y de servicio al Estado, como firme convicción que corresponde a estos profesionales la integración sólida de los conocimientos y métodos de la ciencia a las intervenciones de la actividad física y el deporte. Este artículo representa un intento por reproducir el origen de la educación física y deporte en distintas épocas de la historia del mundo, en general y de Venezuela en particular, como elemento clave sobre el cual deben apoyarse los estudios de postgrado sobre la materia.

Palabras clave: Educación física y deporte, historia, educación universitaria, investigación.

Physical education and sport evolution in world historical periods and Venezuela as a basis for theorizing graduate studies at the University of Carabobo

Abstrac

The integration of knowledge from different disciplines in studies of fourth and fifth level, stop first recognized and know the history of the event or human activity that wants to capture in training programs and research, especially in disciplines such as physical activity and sport have inter and multidisciplinary, as creative interventions that teachers and scientists from the houses of higher education should provide, in its lead role in education and service to the state, as firm conviction that corresponds to these professionals

the solid integration of knowledge and methods of science to the interventions of physical activity and sport. This article represents an attempt to reproduce the origin of physical education and sport in different periods of world history in general and Venezuela in particular, as a key element of which should be supported postgraduate studies on the subject.

Keywords: Physical education and sport, history, college education, research.

Introducción

A partir de la premisa de investigadores como Peralta¹ quien señala que la educación física es más que el simple adiestramiento corporal, pues es educación, surge la necesidad actual de preparar a individuos en el arte de enseñar para el deporte y la actividad física, desde las diferentes dimensiones de la vida del hombre, con base en el conocimiento del origen o evolución de estas actividades (objetivo principal de esta revisión), a través, de la historia del hombre en la tierra, con el firme propósito de lograr sociedades en que se garantice el mejoramiento corporal, equilibrio personal y la adaptación al medio, por supuesto, siempre cambiante, con base a los aspectos orgánicos, interpretativos y emocionales, y en la premisa que las investigaciones en actividad física y deporte se encuentra en continua evolución.

La necesidad de formar a individuos como profesionales en educación física y deporte, no solo a nivel técnico y de licenciatura, sino a nivel de especialidad, maestría y doctorado ve su sustento en primera instancia en el urgente accionar que exige el Estado a las instituciones de educación universitarias para combatir la sobrecarga al sistema de salud y productivo que imponen las comunidades con insuficiente o deficiente actividad física y deporte, pues con ello incrementa el riesgo de enfermar y producen importantes pérdidas económicas para familia y la nación; en segunda instancia por el reciente surgimiento del paradigma de Universidad Saludable, entendida como



aquella que incorpora la promoción de la salud en sus programas educativos y ambientes laborales, con la

finalidad de asegurar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida de quienes estudian y trabajan en ella, es en este panorama que toma fuerza la educación para la salud y deporte².

El llamado es la integración de conocimientos de distintas disciplinas en estudios de cuarto y quinto nivel, por el carácter inter y multidisciplinario de la actividad física y el deporte, sustentado fundamental pero no exclusivamente en su continuo evolucionar (la historia del fenómeno brevemente descrita en este escrito), como intervenciones creativas que los docentes y científicos de las casas de educación superior deben aportar, en su función rectora de la educación y de servicio al Estado, como firme convicción que corresponde a estos profesionales la integración sólida de los conocimientos y métodos de la ciencia a las intervenciones de la actividad física y el deporte³.

Periodos históricos mundiales de la actividad física y el deporte

En la prehistoria es donde debuta la actividad física, como primer vestigio, a la cual debía aferrarse el hombre para poder subsistir, se trataba de un esfuerzo constante en casa, pesca y defensa para mantenerse con vida en aquel medio pintado como hostil, a tal punto de ser considerado como un acto mecánico instintivo indispensable (caracterizado especialmente por el correr, saltar, trepar y nadar) por estar exclusivamente dirigido al provecho de su vida, sin embargo, Corresponde a China 2.000 años antes de esta era, con los bonzos de Tsao-Tsé, las practicas semejantes a la gimnasia, consistente en movimientos y posiciones agrupadas en el arte, en la forma de vida ético-moral, conocida como Cong-Fou, concepción China, la de relacionar el ejercicio físico con la ética que se extendió por Corea y Japón⁴⁻¹⁰.

De la misma manera el ejercicio físico ha sido relacionado con la guerra, en la India en los cuatro sagrados libros primitivos del brahmanismo "Los Vedas" señalan que el adiestramiento de los jóvenes en ejercicios militares debía incluir la carrera, el salto y la natación. También en la India se menciona la relación entre ejercicio físico y religión, como se evidencia con el yoga (representación física de la psicología budista) y la danza. En Egipto el ejercicio y deporte se encuentra indisolublemente relacionados con la religión (la Diosa Sehet siempre venerada como señora del deporte) que para el caso de este pueblo dominaba toda su vida, por tanto, su actividad deportiva era multiforme que comprendían desde diferentes clases de carreras de caballo, de carros y a pie, incluso con evidencia de programas educativos como lo dejan ver los numerosos materiales y documentos que existen al respecto⁹⁻¹³.

Los pueblos prehelénicos que habitaban las islas del mar Egeo (3.000 a. C), aquellos conocidos a formar la civilización cretense practicaban deportes como la caza del jabalí, la lucha de Pancracio (hoy día conocida como lucha libre profesional), el ajedrez y la fiesta taurina (se trataba de tomar, literalmente, al toro por los cuernos y saltar por encima de él) con fuerte sentido religioso porque consideraban al toro como animal divino, devoción que posiblemente origino la leyenda que en Creta existió un animal mitad hombre y mitad toro nombrado Minotauro. Más adelante los griegos esbozaban el concepto de unidad y equilibrio entre cuerpo y espíritu como elemento necesario para la educación de los ciudadanos en el desarrollo armónico de su individualidad en sociedad, fueron de gran valor los aportes de Pitágoras, Hipócrates, Galeno, Platón y Milón, así como las epopeyas de Homero^{9, 10, 13-15}.

Sin duda es en Grecia que hace su debut la concepción filosófica de la vida y la educación física como forma irrefutable de prepararse para la vida futura, elaborada por supuesto a través de la religión imperante que apunta a la aspiración helénica de alcanzar la perfección física, con un Heracles convertido por sus hazañas en el modelo de las máximas capacidades humanas, el tiro con arco vinculado a Apolo y Artemis, los Juegos Panatenaicos como culto a los difuntos y los Juegos Olímpicos como imagen de paz sagrada por su influencia política, porque perseguían la unión entre los helenos, ya que, la unidad nacional nunca fue una realidad en Grecia, hasta los Juegos Olímpicos, realizado en Elidad, específicamente en la ciudad de Olimpia^{9, 10, 13, 16, 17}.

Prepararse para los Juegos Olímpicos requería de hasta un año de entrenamiento, bajo la supervisión de los Aliptes (antiguos atletas), nace así la más completa e ideal expresión de educación física en la antigüedad (en gimnasios y palestras), que perseguían la tregua y el cese de la guerra por completo, único momento en que verdaderamente existía hermandad y compenetración entre los miembros de todas las ciudades-estado de Grecia, es tal la importancia que se atribuía al evento que los vencedores recibían pensiones vitalicias y exoneración del pago de tributo. Los romanos copian de los griegos la idea de la educación física (pero realizada en termas, circo y anfiteatro), con pruebas parecidas o equivalentes, pero con fines militaristas, simplemente dirigida la educación a formar soldados, los mejores en todo caso, para la conquista de grandes territorios^{9, 10, 13, 16, 17}.

A diferencia de los griegos, pues no todo puede copiarse, los romanos convirtieron los juegos en un espectáculo poco grato o edificante para el ser humano, una total carnicería, porque carecían de la sensibilidad y de la intención idealista y estética de los helenos, los romanos mezclan en la educación física y deporte la política con la religión, pues conectan la triunfal idea imperial con la sacralización del emperador y el imperio, hasta que el Consejo Cristiano



(394 años d. C) se opone y niega, por la barbarie a que son sometidos los llamados gladiadores y por el importante significado que se le daba al culto al cuerpo (se abandona el culto a la deidad), la autorización para que los juegos se den, mismos que finalmente fueron eliminados por el emperador Teodosio el Grande, desde entonces se producen la casi extinción de la actividad física, como actividad formativa^{9, 10, 13, 16, 17}.

Los deportes atléticos en la edad media casi desaparecen, especialmente porque el cristianismo (acompañado por la invasión bárbara y caída del imperio romano) resta importancia al desarrollo físico y ensalza el desarrollo espiritual, se retorna al entrenamiento para la guerra y la caza como formas primitivas de deportes (como justas y torneos), pero de exclusiva práctica por la nobleza y se restringe al pueblo el lanzamiento de martillo y algunos juegos de pelota, porque el cuerpo y los sentidos, por la fe cristiana son considerados como obstáculos para alcanzar la tan anhelada pureza espiritual, que diferencia al hombre del animal, sin embargo, se permiten algunos ejercicios físicos y deportes en cuanto resulten provechosos para la higiene social y con fines éticos^{9, 10, 13, 18}.

La renovación del interés por la práctica del ejercicio físico y el deporte, y en particular por su enseñanza-aprendizaje, con base en la cultura griega, comienza en el siglo XVI con la época del renacimiento (considerado el periodo histórico-evolutivo que más profundas contribuciones ha realizado a la cultura actual), en esta época los consejos pedagógicos aunque positivos sobre el ejercicio físico rasguñan el efecto tangible que el mismo tiene sobre el espíritu, en este sentido aparecen en las escuelas programas de actividades físicas y deportivas (equitación, carreras pedestres, saltos, esgrimas y variados juegos con pelotas) que los alumnos debían realizar todos los días al aire libre. Asimismo la conveniencia y utilidad de la educación física en la formación de la juventud durante los siglos XVI y XVII fue plasmada en obras literarias puestas a disposición de los educadores, donde el sistema de educación física va más allá del deseo de retornar a condiciones de vida más naturales^{9, 10, 13, 19}.

En la llamada era moderna (desde 1800) en que el ejercicio físico y deporte evoluciona y se difunde (con base en la gimnasia y con el deporte como medio de la educación física) desde Alemania, los países Nórdicos (fundamentalmente Suecia) y Francia, correspondió a GutsMuths (1759-1839) y otros humanistas los mayores aportes en su lucha por la combinación del ejercicio con la pedagogía, es decir, con su inclusión en la formación integral del niño, adolescente y adulto, con base en la medicina y filosofía. No obstante, el empleo hacia la formación militar del ejercicio físico y deporte (es último surge de la progresiva transformación que experimentan los juegos tradicionales), es también una corriente que se

desarrolla en Alemania, bajo la tutela de Friedrich LudwingJahn (1778-1852), para formar jóvenes fuertes, ágiles y valientes, que más tarde serán los soldados vigorosos que necesita una nación, es esta corriente la que finalmente se reconoce como gimnasia internacional u olímpica^{9, 10, 13}.

Puede señalarse, para finalizar este apartado, que los movimientos gimnásticos de principios del siglo XX se acompañan de investigaciones sobre las bases anatómicas y fisiológicas del movimiento humano y que el deporte nace de grupos sociales distintos a las escuelas, para de allí invadir las, como aspecto definitorio de este campo en el siglo XXI, enfocada hacia la educación física natural y utilitaria, pero sin aun deslastrarse de los movimientos artificiales y abstractos de la gimnasia²⁰.

Educación física y deporte en Venezuela

El auspicio de la educación física y deporte como necesidad humana fue motivo de preocupación por el Libertador Simón Bolívar al señalar: “Los juegos y las recreaciones son tan necesarios a los niños como el alimento; estos desahogos se han de encaminar a un fin útil y honesto. Como útiles y honestos son conocidos la pelota, la raqueta, el bolo, el globo aerostático, las damas y el ajedrez” (p. 3)²², ésta, la educación física, del mismo modo se incluye en la Constitución de 1819 donde se establece que la Cámara de Educación de llevar la educación física y moral de los niños hasta los doce años de edad. En este sentido, se destaca también la importancia de la educación física para el endurecimiento del cuerpo como parte del espíritu²¹.

Es pertinente subrayar que la mayoría de los pedagogos del siglo XIX en Venezuela destacan la importancia de la educación física y el deporte para el desarrollo integral del individuo, entre los que sobresalen Simón Rodríguez (1769-1854) cuando señala que los hombres deben tener instrucción social, corporal, técnica y científica, corresponde a esta época la formalización de la educación física bajo la influencia de la gimnasia francesa e impartida por maestros, militares (activos o retirados) y jóvenes con aptitudes físico-deportivas. Para el siglo XX, ya profesores (muchos normalistas) impartían la gimnasia sueca ajustada al espacio físico del aula, aunque también se practica el excursionismo y se avizora el carácter de premilitar obligatoria de la educación física, los primeros cursos para monitores de educación física para la escuela primaria y la creación del primer ente oficial para dirigir la educación física en el país, es decir, la Oficina de Educación Física del Ministerio de Educación²³⁻²⁵.

Corresponde al periodo presidencial del general Eleazar López Contreras (1935-1941) las primeras exigencia de formación en actividades físicas y deporte, al respecto, se restringe la actividad a quienes tienen la mayoría de edad y poseen título que lo acredite como profesor de educación física o en su defecto poseer amplia experiencia en la



materia constatada por el despacho de Educación Nacional. A continuación del establecimiento de la obligatoriedad de la educación física con la Ley de Educación promulgada en 1948 se crea la especialidad con una duración de tres años en el Instituto Pedagógico Nacional y como requisito para el ingreso al postgrado se exige el título de bachiller o de normalista, ya para el año 1952 se crea la Escuela Nacional de Educación Física bajo la presidencia de Marcos Pérez Jiménez, pero en 1957 es eliminada la obligatoriedad de la educación física²³⁻²⁵.

En el año 1953 es creada la Escuela Nacional de Educación Física, de donde egresan tres promociones, con una duración de tres años cada una; antes de ser cerrada, en el año 1957 aparece un nuevo Reglamento de Educación Física. Luego y en orden cronológico se producen los siguientes eventos: se crea en Caracas la Escuela Nacional de Entrenadores Deportivos (1960), entre 1968-2008 inicia

la especialidad en Educación Física en los Institutos Pedagógicos: Luis Beltrán Prieto Figueroa (Barquisimeto), Rafael Alberto Escolar Lara (Maracay), Prof. Antonio Lira Alcalá (Maturín), Gervasio Rubio (Rubio), José Manuel Siso Martínez (Miranda) y Rural el Mácaro (Maracay), es conveniente señalar que todos los Institutos Pedagógicos conforman en la actualidad la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (UPEL) (creada en 1983). Simultáneamente las Universidades autónomas de los Andes, Zulia y Carabobo ofrecen la licenciatura en educación física, así como las Experimentales de Yaracuy, Francisco de Miranda (Coro, estado Falcón), Ezequiel Zamora (Barinas)^{22, 26-34}.

A partir de este periodo son varias las textos legales que surgen a favor de la educación física y el deporte venezolano entre ellas se mencionan las leyes de: Educación de 1955, del Deporte de 1975, del Deporte de 1995, la Constitución de la República Bolivariana de 1999, la Ley Orgánica de Educación de 2009, la Ley de Deporte, Actividad Física y Educación Física de 2011 y el Reglamento Parcial (Número uno) de la Ley de Deporte, Actividad Física y Educación Física de 2012. En resumen desde el punto de vista teórico, (hasta ahora no señalado en este escrito) la educación física y deporte venezolano en los niveles educativos de primaria y secundaria, pasa por cuatro concepciones secuenciales: la disciplina, el rendimiento deportivo, la programación de objetivos y el movimiento corporal activo del sujeto donde se relaciona el conocimiento con las vivencias del estudiante en fomento de su desarrollo integral y armónico^{22, 26-34}.

Ahora bien se atribuye al Instituto Pedagógico de Caracas el inicio en la década de 1980 de los estudios de cuarto nivel en educación física, pues crea la Maestría en la Enseñanza de la Educación Física (en la tabla 1 se muestran las instituciones de educación superior que ofrecen estudios de postgrado en educación física y deporte), a la vez que permite en el año 2004 que la Universidad de León de

España (por convenio entre ambas casas de estudio) dicte cursos de su programa Doctoral en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, toda vez que en los 10 primeros años del siglo XXI aparecen las líneas de investigación en educación física y deporte registradas y reconocidas, y los primeros núcleos y centros de investigación.

Para el año 2012 el Consejo Nacional de Universidades a prueba el primer doctorado en el área a cargo de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (previa investigación de campo en que participaron los especialistas y/o magísteres de Educación Física, Recreación, Biomecánica, Fisiología del Ejercicio, Administración de la Educación Física, Entrenamiento Deportivo, Gerencia Deportiva, Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, y Gerencia en la Educación Física y el Deporte), también adscrito al Centro de Investigación “Estudios en Educación Física, Salud, Deporte, Recreación y Danza (EDUFISADRED) del Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” de Maracay (UPEL)^{22, 26-34}.

Es conveniente resaltar en la evolución de las políticas sobre la educación física y el deporte, la creación en el sector universitario de la Organización de Bienestar Estudiantil con cuatro objetivos fundamentales: protección económica, asistencia médico-dental, extensión cultural y social, y deportes en general y atletismo, con base en el último objetivo, surgen los club universitarios cuyo espíritu es esencialmente deportivo para la conformación de equipos masculinos y femeninos que participaran al inicio en los torneos inter-facultades, para más tarde acudir a los torneos internacionales, estas acciones convierten al ejercicio físico en rutina diaria y propia del estudiante universitario Para el año 2012 el Consejo Nacional de Universidades a prueba el primer doctorado en el área a cargo de la Universidad Pedagógica Experimental Libertador (previa investigación de campo en que participaron los especialistas y/o magísteres de Educación Física, Recreación, Biomecánica, Fisiología del Ejercicio, Administración de la Educación Física, Entrenamiento Deportivo, Gerencia Deportiva, Teoría y Metodología del Entrenamiento Deportivo, y Gerencia en la Educación Física y el Deporte), también adscrito al Centro de Investigación “Estudios en Educación Física, Salud, Deporte, Recreación y Danza (EDUFISADRED) del Instituto Pedagógico “Rafael Alberto Escobar Lara” de Maracay (UPEL)^{22, 26-34}.

Igualmente el Estado como política para impulsar el deporte y la actividad física apuesta por la masificación y tecnificación por medio de la Misión Barrio Adentro Deportivo (que inicio en 2002 con 16 profesores cubanos en el Municipio Libertador, Caracas) y del Plan Nacional de Deporte, Actividad Física y Educación Física 2013-2025, que persigue transformar estas importantes actividades del ser humano en servicios públicos, en su derecho fundamental en un deber social del Estado^{35, 36}.



Reflexiones indispensables en los estudios de Postgrado

El origen de la educación física y el deporte a lo largo de la historia de la humanidad está llena de vicisitudes, de aciertos y desaciertos, hasta llegar a la época actual en que existe acuerdo irrestricto sobre la importancia de la misma para el desarrollo de una nación, por tanto, para asegurar su fortaleza, su inviolabilidad y crecimiento (en acuerdo al desarrollo científico-tecnológico mundial) debe impulsarse la creación de estudios de postgrado de cuarto y quinto nivel apoyados sobre el marco teórico e histórico que cimienta a la actividad física y el deporte, con plena identificación de las sistematizaciones elaboradas hasta el momento para explicar o aplicar su utilidad a los intereses de las naciones.

Ofertas educativas que deben estructurarse con base en el análisis de las funciones y valores sociales, a través del empleo de enfoques pedagógicos consonos con el diario devenir de la vida en sociedad, que permita a quien enseña explicar y a quien aprende comprender el fenómeno deportivo y del ejercicio físico dentro de la constante evolución o cambio que impulsa el desarrollo de su práctica, en consecuencia se hace necesario, obligatorio, el interminable estudio de las teorías pedagógicas, de su contribución, en las concepciones que sobre la actividad física y el deporte se tiene. Debe entenderse que la actividad física y el deporte, su enseñanza y aprendizaje, están indisolublemente relacionados con la dinámica socio-cultural, económica y política de cada grupo social.

Debe abogarse por programas de especialización, maestría y doctorado que contemplen aspectos como la vida urbana y su relación con el deporte y ejercicio físico, porque es en las ciudades modernas en que vive actualmente la mayoría de los seres humanos, donde se producen vírgenes estilos de relación entre las personas y la actividad física, y donde se centra la influencia de la globalización en prácticas deportivas que quizás, si no se orienta su aplicación al contexto específico de cada grupo social, puede desembocar en fracaso, entendido como menor calidad de vida, pues se desatiende el comportamiento del cuerpo individual y social en aspectos como la salud y la enfermedad.

Bibliografía

1. Peralta H. Innovaciones y alternativas metodológicas para la Enseñanza de la Educación Física. PRE- prensa digital. Colorgraphic Digital. Bogota. 2000.
2. Lange I, Vio F. Guía para universidades saludables y otras instituciones de educación superior. Pontificia Universidad Católica de Chile y Universidad de Chile. 2006.
3. Blair S, Morrow J. Introduction to the Cooper Institute / The American College of Sports Medicine 1997 Physical Activity Interventions Conference. Am J Prev Med 1998; 15:255-6.
4. Kiang L. Die Leibesübungen im alten China, Würzburg. 1979.
5. Tsu Min Kee Die chinesische Körpererziehung, Idee und Gestalt. 1936.
6. Culin S. Korean Games, Filadelfia. 1985.
7. Kaiten Nukariga. The religion of the samurai, Londres. 1913.
8. Swami Sivananda .Japan Yoga, Rikhikesch. 1939.
9. Mandell R. Historia cultural del deporte. Ed. Bellaterra S.L. Barcelona. 1986.
10. Hernández J. La construcción histórica y social de la Educación Física: el Currículum de la LOGSE, Una nueva definición de la Educación física escolar. Revista de Educación 1996; 311:51-76.
11. Hauer J. Der Yoga, ein indischer Weg zum Selbst, Stuttgart, 2 Aufl. 1958.
12. Kuvalayandana S. Pranayama, Bombay. 1935.
13. Sainz R. Historia de la educación física. Cuadernos de Sección. Educación 5. Donostia: Euskolkaskuntza. 1992.
14. Arnold P. Education, Physical Education and Personality Development, Londres, Hainemann Educational Books Ltd. 1968.
15. Kirchner G. Physical education for elementary school children, Debuque, Iowa, Wm. C. Brown Publishers. 1972.
16. Schweitzer B. Heracles, Tübingen. 1922.
17. Durántez C. Las Olimpiadas Griegas. Delegación Nacional de Educación Física y Deportes. Madrid. 1977.
18. Rodríguez J. Historia del deporte. Capítulo: El deporte medieval en la cultura árabe de al-Andalus. Comparación con los reinos cristiano. INDE. Zaragoza. 2000.
19. Rodríguez J. Historia de la Educación Física, Montevideo, Comisión Nacional de Educación Física. 1942.



20. Vázquez B. La Educación Física en la Educación Básica. Editorial Gymos. Madrid. 1989.
21. Rojas A. Ideas Educativas de Simón Bolívar. (3a ed.). Monte Ávila. Caracas 1996.
22. Ramírez E. Aproximación histórica de la educación física en Venezuela. Revista Electrónica Actividad Física y Ciencias 2013; 5(1): disponible en: http://www.actividadfisicayciencias.com/articulos/2013/Educacion_Fisica.
23. Carvajal L. Educación y política en la Venezuela Gomecista Caracas: Dirección de Educación Primaria y Normal. 1996.
24. Fernández R. Simón Rodríguez. Biblioteca Biográfica Venezolana. El Nacional. Caracas 2005.
25. Flamerich G. Diversiones en 4 siglos, en Venezuela 1500-1900. Caracas. 2005.
26. Bello P. Prospectiva del Deporte en Venezuela. Universidad de Carabobo. Dirección de Deportes. Venezuela. 1977.
27. Segovia L. Historias del deporte en Venezuela y sus orígenes. Caracas. 1985.
28. Navarro J. Propuesta de un Modelo de Protección Social al Atleta Venezolano de Alta Competencia. Tesis de Maestría no publicada. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Caracas. 1995.
29. Bello C. Construcción histórica del desarrollo de la Educación Física y el deporte en el espacio escolar Venezolano. Tesis para optar al Título de Doctor en Ciencias de la Educación. Caracas: Universidad Nacional Experimental Simón Rodríguez. 2006.
30. Navarro J. Construcción Teórica del Sistema y Estilo Gerencial en las Direcciones de Deportes de las Instituciones de Educación Superior Venezolanas. Tesis Doctoral no Publicada. Universidad Experimental Nacional Simón Rodríguez. Caracas. 2007.
31. Ramírez J. Fundamentos teóricos de la recreación, la educación física y el deporte. Caracas, Venezuela: Episteme. 2009.
32. Zapata E. Referentes Histórico Pedagógicos de la Educación Física. Trabajo Monografiado no publicado. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Maturín: Instituto Pedagógico de Maturín. 2009.
33. López de D'Amico R, Guerrero G, Murillo J. Doctorado en Ciencias de la Actividad Física y Deporte en la UPEL-Maracay. Revista electrónica Educación Física y Ciencias 2012; 4(2). Disponible: <http://www.actividadfisicayciencias.com/articulos/2012/volumen4numero2/Doctor>.
34. Ramos A, López R, Guerrero G. Educación física y su relación con la salud en la Formación integral. Experiencia desde el contexto educativo en Venezuela. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte 2013; 9(2):315-38.
35. Ministerio del Poder Popular para el Deporte. Misión Barrio Adentro Deportivo. Venezuela. 2007. Disponible en: <http://www.abn.info.ve>.
36. Ministerio del Poder Popular para el Deporte. Plan Nacional de Deporte, Actividad Física y Educación Física 2013-2025. 2012. Disponible en: <http://www.mindeporte.gob.ve/portal2009/s5-no-moomenumainmenu-28/consulta>.


Tabla 1 Instituciones de educación superior venezolanas que ofrecen post grado en educación física y deporte.

Institución	Nivel	Denominación
Instituto Pedagógico de Maracay (UPEL)	Maestría	Educación mención Enseñanza de la Educación Física
Instituto Pedagógico de Caracas (UPEL)	Maestría	Educación mención Enseñanza de la Educación Física. Educación Física mención Recreación Educación Física mención Biomecánica Educación Física mención Fisiología del Ejercicio. Educación Física mención Administración de la Educación Física.
Instituto Pedagógico de Maturín (UPEL)	Maestría	Educación mención Enseñanza de la Educación Física
Instituto Pedagógico de Barquisimeto (UPEL)	Maestría Especialización	Educación mención Enseñanza de la Educación Física. Entrenamiento Deportivo
Instituto Pedagógico de Rubio	Maestría Especialización	Educación mención Enseñanza de la Educación Física. Entrenamiento Deportivo Gerencia deportiva
Instituto Pedagógico Universitario Rural "El Mácaro"	Especialización	Gerencia Deportiva
Instituto de Mejoramiento Profesional del Magisterio. Acarigua	Especialización	Gerencia Deportiva
Universidad del Zulia	Especialización	Recreación y Deporte para todos Recreación
Universidad de los Andes	Maestría Especialización	Biomecánica Teoría y metodología del entrenamiento deportivo Gerencia de la Educación Física y el Deporte
Universidad de los Llanos Barinas	Maestría	Ciencias de la Educación mención Gerencia de la Educación Física
Universidad de los Llanos Guanare	Maestría	Ciencias de la Educación mención Gerencia de la Educación Física
Universidad de Carabobo	Maestría	Gerencia de la Educación Física, Deporte y Recreación

Fuente: modificado de López de D'Amico³³.



El deporte en los estudios de pregrado de la Facultad de Ciencias de la Salud

Lismey Britapaz
 Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Carabobo
lismeybritapaz@hotmail.com

Recibido: 20 de Abril 2016 Revisado: 20 de Junio 2016 Aceptado: 20 de Septiembre de 2016 Código: 02

Resumen

Desde la antigüedad el deporte ha sido asociado con la salud, de allí su primera relación con la salud pública. En la actualidad, la actividad deportiva continua siendo asociada con el bienestar y mejoras en la calidad de vida del ser humano, por su estrecha relación con el ejercicio físico y los beneficios que ésta aporta a la salud de las personas, lo que ha motivado a la población venezolana a participar cada vez más en diversas actividades físicas promocionadas por los medios de comunicación. Por su parte, el artículo 111 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela expresa que todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El presente ensayo tiene como propósito destacar la importancia de incorporar en el pensum de estudio de los estudiantes de segundo año de la carrera de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo, la asignatura Educación Física y Deporte con la finalidad de promover la utilidad del deporte tanto en su naturaleza recreativa como sanitaria como herramienta de promoción de la salud, prevención y tratamiento de enfermedades, asimismo, resaltar la necesidad de incorporar a los profesionales de la salud, al equipo multidisciplinario que atiende a los atletas de las selecciones estatales y nacionales, ya que el deporte de competencia puede representar un riesgo para su salud, debido a que su alta exigencia física sobrepasa con frecuencia los límites de capacidad de rendimiento; así como también, aumenta la posibilidad de lesiones por sobreuso o sobrecarga que afectan el sistema osteoarticular y muscular en la búsqueda de obtener el máximo rendimiento deportivo.

Palabras clave: deporte, salud, atleta, estudiante, medicina.

Sport in undergraduate studies at the Faculty of Health Sciences

Abstrac

Since ancient sport has been associated with health, hence the first relationship to public health. At present, the sport continues to be associated with well-being and improvements in the quality of human life, its close relationship with exercise and the benefits it brings to the health of people, which has led to the Venezuelan population to participate increasingly in

various physical activities promoted by the media. For its part, Article 111 of the Constitution of the Bolivarian Republic of Venezuela states that everyone has the right to sport and recreation as activities that benefit the quality of individual and collective life. This paper aims to highlight the importance of incorporating into the curriculum of study of the sophomores of the Medicine Faculty of Health Sciences at the University of Carabobo, the subject Physical Education and Sport in order to promote sport utility both in recreational and sanitary nature as a tool for health promotion, prevention and treatment of diseases also highlight the need for rejoining the health professionals to the multidisciplinary team caring for the athletes of the state and national teams as the sport competition may pose a risk to your health, because its high physical demands often exceed the capacity limits of performance and also increases the possibility of injury from overuse or overload affecting osteoarticular and muscular system in seeking to obtain the maximum athletic performance.

Keywords: sport, health, athlete, student, medicine.

Introducción

Desde siempre el deporte ha sido asociado con la salud, desde aquella famosa frase de la antigüedad: “*Corpore sain in mainsain*”; los griegos no solo rendían culto al cuerpo sino que consideraban que un cuerpo hermoso representaba un cuerpo saludable, así aparece por primera vez en la historia la relación del deporte con la salud pública, ya que su práctica era considerado un signo de salud, como una actividad saludable la cual hacía más fuerte al hombre para participar en la guerra y otras actividades domésticas. Los primeros esfuerzos españoles encaminados a incorporar la práctica deportiva en la población, como así lo atestiguan las diferentes intervenciones en el Parlamento español durante el periodo de la Restauración Borbónica, tuvieron a la *salud* como reclamo y estandarte de la fuerza y la energía de un pueblo, que no podría recuperar su pulso histórico hasta que la práctica deportiva se instalase como costumbre en la mayoría de la población¹

En la actualidad, la práctica deportiva continúa siendo asociada con el bienestar y mejoras en la calidad de vida del colectivo humano, por su estrecha relación con la actividad física, y los beneficios que ésta aporta a la salud de las



personas. La visión saludable del deporte en las sociedades modernas, ha construido una cultura deportiva que motiva a la población venezolana a participar cada vez más en diversas actividades físicas promocionadas por los diferentes medios de comunicación: caminatas, carreras, escaladas, bailoterapias, entre otras. Algunas personas participan con el único fin de recrearse y mantenerse saludable, mientras que otras, lo hacen para medir sus capacidades físicas con el primordial deseo de superarse a sí mismo y al adversario en la búsqueda de obtener el triunfo en un evento competitivo. De allí que la práctica deportiva puede ser realizada con dos fines; recreativo-salud o competitivo, impactando según su naturaleza de forma diferente a la salud.

En relación al deporte con fines recreativos o de promoción de la salud, ha sido siempre una necesidad de la vida social, pero en el mundo de hoy es parte integral de un fenómeno que intenta el mejoramiento del individuo en todas las etapas de su vida. El campo de la medicina ha hecho grandes esfuerzos en demostrar su importancia en el mantenimiento de la salud y mejoras en la calidad de vida de una persona. Estudios realizados por diversos autores concluyen, que la realización sistemática del ejercicio físico produce beneficios en todos los componentes del ser humano; en la salud juega un papel importante como un elemento rehabilitador, preventivo y de bienestar. Desde el punto de vista físico, mejora el funcionamiento de todos los sistemas del cuerpo humano, el cardiovascular, osteomuscular, pulmonar, hormonal e inmunológico, previniendo la aparición de algunas lesiones y enfermedades. A nivel psíquico, estimula la producción de hormonas que mejoran el bienestar personal y a nivel social mejora las relaciones personales, las habilidades individuales, la asertividad, la autoestima y ayuda en la prevención de problemas de sociales, entre otros aspectos.

Mientras que el deporte practicado con fines competitivos, es considerado un fenómeno socio-cultural y multifacético que se ha mantenido a través de la historia como una práctica que goza de gran popularidad y en la cada día se suman más adeptos de todos los países que conforman el universo terrestre, tanto para practicarlo, como para seguirlo en condición de espectadores en especial en nuestro país Venezuela. De allí que la autora se pregunta ¿quién no se ha emocionado con un juego de béisbol Caracas – Magallanes o con los intensos partidos de fútbol en los que ha participado nuestro equipo La Vino Tinto? A nivel mundial sucede algo similar: los Juegos Olímpicos impregnados de espíritu festivo y espectacular, suponen el comienzo de una nueva era para el entrenamiento atlético, contando los deportistas con una preparación más especializada y científica². La actividad deportiva se ha convertido en uno de los fenómenos más populares en la actualidad, a través de él se expresan algunos valores de la sociedad. Las modernas historias sobre la bondad y la maldad, el éxito y el fracaso, la suerte y la desgracia, la victoria y la derrota, lo propio y lo ajeno, la identidad colectiva... encuentran en la narración deportiva sus expresiones más populares³

Asimismo, la práctica deportiva, comprende una gran variedad de símbolos, valores, normas y comportamientos que lo identifican y diferencian notoriamente de otras prácticas

sociales. En tal sentido, el deporte delimita un determinado ámbito cultural, que poco a poco ha ido adquiriendo una diferenciación funcional propia, a medida que se ha desarrollado el proceso de modernidad hasta alcanzar el carácter universal que tiene actualmente. Desde el punto de vista práctico y social, el deporte tiene efectos perceptibles y significativamente favorables en el ámbito de la educación, la economía, la cultura, la política y la salud pública. El deporte es una alternativa a estilos de vida perjudiciales para la salud y una vía para ampliar la red de relaciones sociales.

Específicamente en Venezuela la representación social que existe del deporte, se encuentra estrechamente relacionada al significado que le confiere la OMS en su analogía entre el ejercicio físico y la salud; ésta última es considerada como un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades, todo ello en relación con múltiples ámbitos, que abarcan lo físico (Ej. el entorno, la vivienda o el medio ambiente), lo social (Ej. seguridad e higiene en el trabajo, educación y asistencia sanitaria o equidad en la distribución de los recursos disponibles), los hábitos de vida (Ej. alimentación adecuada, **ejercicio físico**, consumo de tabaco y alcohol), el estado de salud propiamente dicho (Ej. morbilidad, mortalidad, esperanza de vida), el sistema sanitario (Ej. recursos físicos y humanos, atención hospitalaria, seguridad social o investigación) y la salud mental, la cual se caracteriza por el equilibrado estado emocional de una persona y su autoaceptación (gracias al autoaprendizaje y al autoconocimiento)⁴.

De lo antes expuesto, se puede afirmar que, la Organización Mundial de la Salud contempla el ejercicio físico como un hábito de vida que favorece la salud de un individuo, a la vez, establece un antagonismo con aquellos aspectos que van en detrimento de la salud, tales como; el consumo de bebidas alcohólicas, el cigarrillo y otros hábitos que atentan contra la calidad y estilo de vida saludable. Así pues, la sistematización y dosificación de la actividad física y deportiva es considerado un tema de interés en el campo de la medicina y forma parte de las actuales políticas públicas en materia de salud.

En este sentido el artículo 111 de la Constitución de la República Bolivariana de Venezuela expresa: Todas las personas tienen derecho al deporte y a la recreación como actividades que benefician la calidad de vida individual y colectiva. El Estado asumirá el deporte y la recreación como política de educación y salud pública y garantizará los recursos para su promoción. La educación física y el deporte cumplen un papel fundamental en la formación integral de la niñez y adolescencia. Su enseñanza es obligatoria en todos los niveles de la educación pública y privada hasta el ciclo diversificado, con las excepciones que establezca la ley. El Estado garantizará la atención integral de los deportistas sin discriminación alguna, así como el apoyo al deporte de alta competencia y la evaluación y regulación de las entidades deportivas del sector público y del sector privado de conformidad con la ley. La ley establecerá incentivos y estímulos a las personas, instituciones y comunidades que promueven a los y las atletas y desarrollen o financien planes, programas y actividades deportivas en el país⁵



De allí que es importante incorporar en los pensum de estudios de los estudiantes de segundo año de la carrera de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo, la asignatura Educación Física y Deporte cuyo propósito es el de promover la utilidad del deporte tanto en su naturaleza recreativa como sanitaria como herramientas de promoción de la salud, prevención y tratamiento de las enfermedades, constituyendo el elemento más atractivo para cuidar la salud del ser humano debido a que es una actividad poco invasiva y que utiliza un medio natural del ser humano como lo es el movimiento.

En cuanto a su estructura, la asignatura Educación Física y Deporte, consta de cuatro unidades; en la unidad número uno se hace referencia teórica a los elementos que conforman la actividad física como factor profiláctico para la salud biológica, psicológica, social, sus controles, cambios, adaptaciones y riesgos en el organismo. En esencia se le explica al estudiante de medicina, las conceptualizaciones pertinentes al ámbito de la actividad física y el deporte, el uso adecuado de esos conceptos, los principios científicos por los que se rige la práctica deportiva, los riesgos que existen al realizar una actividad física deportiva y los mecanismos existentes para disminuirlos, los numerosos beneficios para la salud, entre ellos la prevención de enfermedades cardiovasculares metabólicas, del sistema nervioso y el cáncer y el control de sus factores de riesgo como la diabetes, hipertensión, colesterol y sobrepeso. Además de sus beneficios tanto en el ámbito psicológico como sociológico y por último los test pedagógicos o pruebas de control de campo para evaluar el efecto del ejercicio sobre el organismo.

La segunda unidad está orientada al conocimiento y clasificación fisiológica de los ejercicios físicos y su influencia en la estructura anatómo-fisiológica del hombre, lo cual permitirá conocer el carácter científico del ejercicio y la selección adecuada de los ejercicios según el objetivo buscado, la importancia de la resistencia como capacidad básica para desarrollar otras capacidades y cuidar el corazón. Y para finalizar esta unidad, se mencionan las nuevas tendencias de la actividad física las cuales se encuentran orientadas al rescate del encuentro con nuestras esencias, movimientos primitivos y el contacto con la naturaleza.

La tercera unidad indica de forma teórica y práctica los ejercicios adecuados para la consolidación de las capacidades físicas, entregando a los participantes las herramientas para la elaboración de programas de ejercicios físicos que se adapten a sus necesidades e intereses, en él se tratan aspectos para confeccionar programas terapéuticos como son: el tipo de ejercicio, la frecuencia, la duración, el volumen, la intensidad, vestimenta, terreno, hidratación, entre otros conocimientos básicos. La evaluación de las tres primeras unidades se realizan a través de exposiciones y debates críticos y reflexivos encaminados al uso práctico del conocimiento y el amor hacia las actividades físico-deportivas. Como siempre les digo a los estudiantes "Solo se ama aquello que se conoce".

Por último, la cuarta unidad está dirigida a conocer algunas pruebas y tests físicos de campo que permiten evaluar ciertos parámetros fisiológicos para determinar la condición física de

una persona, además se realizan actividades físicas predeportivas, sin dejar fuera algunos elementos propios del acondicionamiento físico, los cuales deben realizarse al iniciar y finalizar cada encuentro con los participantes, así como también la puesta en práctica de algunas disciplinas deportivas, ubicando a todos estos componentes dentro de un contexto predeportivos, contando también con la inclusión de un gran número de juegos tradicionales, los cuales se desarrollan en la asignatura bajo una estrategia didáctica eminentemente recreativa. Para evaluar esta unidad, los estudiantes se aplican a sí mismo los test físicos de campo, analizan los resultados y realizan reflexiones sobre el actual estado de su condición física y la relación con sus estilos de vida, así como también la importancia de las capacidades físicas resistencia, rapidez, precisión óculo-manual, coordinación y flexibilidad en su vida cotidiana y en la profesión de médico.

Cabe destacar, que al iniciar el curso, se le solicita al estudiante una ficha de salud que contiene varias preguntas relacionadas con sus datos personales, hábitos de vida, historial médico, tipo de sangre, entre otros aspectos relevantes relacionados con su salud, con el fin de adaptar las clases a sus capacidades funcionales, disminuir los riesgos de lesión y estar preparado para cualquier contingencia.

Seguidamente, y considerando el eje central epistémico de este Simposio, el cual es develar los fundamentos ontológico del Deporte y la Salud para el diseño de un Estudio de IV Nivel Postgrado en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo, me permito hacer algunas reflexiones relacionadas al ámbito deportivo, la salud y la incorporación de los médicos al equipo multidisciplinario que atiende a los atletas de las selecciones nacionales.

Para comenzar es importante mencionar la Visión Transcompleja Compleja del deporte, con el propósito de observar la presencia de éste fenómeno en todas las esferas en las que se desenvuelve el hombre y su relación con las dimensiones de la salud, para ello me basaré en un estudio realizado por Villegas en el cual estudia al deporte desde ésta visión y cuyos resultados fueron los siguientes: Para Herrera el deporte puede ser transcomplejo si se considera desde sus diferentes funciones, disciplinas y actores. En cuanto sus funciones implica: competencias de alto rendimiento, actividad física terapéutica, deporte en la comunidad, mecanismo de recreación, entrenamiento deportivo y gestión deportiva. Desde las diferentes disciplinas, también es evidente su complejidad. Así en Venezuela el béisbol es el deporte más popular, le siguen el fútbol, baloncesto, voleibol, tenis, automovilismo, y boxeo, además de los propios deportes autóctonos como el caso del coleo de toros y las bolas criollas. Desde el punto de vista de los actores se encuentran el entrenador, el atleta, los gerentes deportivos y equipo multidisciplinario.

Asimismo, Terry explica la transcomplejidad del deporte también se evidencia porque en su desarrollo e investigación ya que se puede utilizar cualquier paradigma positivista-cuantitativo, interpretativo, cualitativo o crítico. Morales señala que el deporte es una demostración de destreza física y mental relacionándose con una actividad física, ya sea como un juego de



competición subordinada a un conjunto de reglas. El deporte, mejora el estado físico de la persona, desarrolla los músculos y previene enfermedades. En el deporte, igualmente, se hace presente la comunicación, se transmiten conocimientos, ideas, emociones; asimismo se aprende a escuchar y a comprender. El deporte obliga a formar personalidades líderes, que escuchan y respetan al resto, pero que también se imponen y tienen la capacidad de solucionar problemas muchas veces inesperados. Además otorga valores aplicables al diario vivir. La cooperación, en el sentido del trabajo en equipo, perseverancia, esfuerzo y disciplina. Así el deporte como fenómeno se entrelaza con el sistema de salud, el trabajo social, el sistema educativo no formal, los medios de comunicación, la industria y el comercio, es decir, con todas las esferas sociales.⁶

Ahora bien, luego de realizar una revisión de las esferas en las que acciona el deporte, es importante mencionar de manera especial a quienes llevan a cabo dichas prácticas deportivas, es decir, a los atletas (del griego antiguo *αθλος* (*athlos*), 'competición'), los atletas son personas que poseen una capacidad física, fuerza, velocidad, agilidad o resistencia superior a la media y, en consecuencia, son apta para la realización de actividades físicas, especialmente para las competitivas. Antiguamente, recibieron el nombre de «atletas» quienes participaban en los Juegos Olímpicos. En un sentido más preciso, se considera un atleta a la persona que practica actividad física con intensidad tres o más veces por semana y que lleva una dieta y estilo de vida adecuados para rendir físicamente.

En la práctica para obtener un máximo rendimiento, el atleta debe poseer ciertas habilidades físicas y psicológicas que le permitan interactuar con el medio, los objetos, los compañeros, los oponentes y las normas de competición. De igual manera, contar con características físicas y biológicas como la resistencia, la velocidad, la fuerza, la flexibilidad, la coordinación, la altura y el peso ideal, entre otras; aptitudes intelectuales: espacial, mecánica, emocional, numérica y abstracta y los rasgos de la personalidad como la extraversión, emocionabilidad y dureza mental.

Otra de las características que debe tener los atletas es la capacidad de soportar el dolor, lo cual ilustraré a través de los siguientes ejemplos: el ciclista Geraint Thomas siguió corriendo el Tour de Francia tras fracturarse la pelvis desde el principio del tour, mientras que luchando en condiciones realmente duras y con lesiones en todo el cuerpo Bernard Hinault que es una leyenda del ciclismo. En el 1980 en la carrera Lieja-Bastogne-Lieja, luchó a través de las fuertes nevadas, a pesar de que la mayoría de los corredores abandonaron, para terminar con casi 10 minutos de ventaja sobre sus rivales. Sin embargo, como él hizo un bloqueo mental al frío penetrante, este le terminó cobrando con dos dedos gravemente congelados, que siguen en la actualidad sin sensaciones en ellos desde aquella carrera.

Es importante destacar, que un atleta no se hace solo, debe contar con un entrenador que lo prepare física y psicológicamente para la competencia, así como también de un equipo multidisciplinario entre ellos un psicólogo, fisiólogo,

médico deportivo, fisioterapeuta, nutricionista, entre otros profesionales de la salud, que formen parte de la planificación y sistematización del entrenamiento, con el fin de dosificar adecuadamente las cargas y utilizar los mecanismos de recuperación indispensables para preservar su salud, atender de forma integral al atleta y éste a su vez pueda dar el máximo rendimiento en las competencias.

Impacto del Deporte en la salud de los atletas

El deporte de competencia representa una actividad problemática dentro de la promoción de la salud puesto que por su naturaleza presenta dos riesgos significativos: alta exigencia física (intensidad) y la posibilidad de lesiones por sobreuso o sobrecarga que afecten al sistema osteoarticular y muscular. Ésta práctica deportiva-competitiva, sobrepasa con frecuencia los límites de la capacidad de rendimiento y produce en ocasiones más perjuicios que beneficios para la salud de los atletas debido al desgaste anatómico y las alteraciones fisiológicas. Para algunos autores la actividad física efectuada en un ambiente competitivo es incompatible con la salud desde el momento en que el resultado se considera el principal objetivo.

Diariamente se levantan pesos que antes se pensaba que sería imposible mover del piso, los record de velocidad y de resistencia se aminoran, los saltos y lanzamientos son cada vez más altos y distantes, en fin, las habilidades que exhiben los atletas son verdaderamente impresionantes, las cuales en principio no pensábamos que era posible realizar por el ser humano. La consecuencia de ello, además de las proezas atléticas, es un adelgazamiento de la línea imaginaria que separa el deporte de la enfermedad, manifestado por un incremento de las lesiones y daños como consecuencia directa de la práctica deportiva, por ello se afirma que Salud y Alto Rendimiento no tienen por qué ser sinónimos.⁷

Es así como el deportista en el ámbito competitivo, está sometido constantemente a situaciones que afectan su estado físico, psicológico y social, son numerosas las situaciones que debe enfrentar día a día, entre ellas algunas que requieren contacto corporal y el juego que implica el golpear, correr, girar, estirar, regatear, saltar, acelerar, aterrizar, caer, lanzar, cabecear, recibir entradas, colisionar, recibir patadas, frenar la masa corporal, cambiar de ritmo y dirección, entre otras acciones, situaciones que originan riesgos de manera directa o indirecta y son responsables de las muchas y diferentes lesiones.

Además, la multiplicación de los partidos, los movimientos repetitivos, las características de los terrenos, una preparación y recuperación insuficiente y/o inadecuada, los hábitos y los estilos de vida del deportista, conduce a una predisposición y/o precipitación de las lesiones deportivas. Las lesiones producto de la práctica deportiva pueden suceder en atletas de alto rendimiento o en deportistas que aunque no sean de alto rendimiento tienen un volumen e intensidad de práctica muy alto, lo cual puede conllevar a la aparición de las denominadas lesiones por uso excesivo o lesiones por sobreuso. Las lesiones



por sobreuso son las producidas por alteraciones estructurales donde por microtraumatismos repetitivos, que superan el grado de deformación elástica de los tejidos, se produce una rotura de ellos. Estas pueden involucrar tejido muscular, tendinoso u osteocartilaginoso.⁸

El tipo de deporte que se practica también es importante, pues existen diferentes lesiones y diferentes riesgos según el tipo de disciplina. Tal es así, que en el tenis es típica la epicondilitis, que es la inflamación de la inserción de los músculos extensores de la mano en la zona externa del codo. En el golf la epitrocleitis, referida a la inflamación de la inserción de los músculos flexores de la mano en la cara interna del codo, en los deportes de saltos como el voleibol y básquetbol es más frecuente la tendinopatía del tendón rotuliano y en los deportes de lucha y judo es frecuente la denominada "oreja en coliflor", que es producida por continuas lesiones en las partes blandas y exteriores de la oreja. La fractura por stress es el típico ejemplo de lesión por sobreuso y es frecuente en corredores y caminantes.⁹

En algunos deportes los jugadores usan su cabeza como área primordial de impacto como cuando se cabecea el balón en el fútbol y esto facilita la afectación de esta zona. Generalmente se asocian los traumatismos craneofaciales con los "deportes de contacto" como el fútbol americano o el hockey, pero existen deportes donde aparentemente el riesgo es mínimo o inexistente y, sin embargo, se producen mayor número de traumas de los que cabría esperar.

Un estudio de la Salud Cerebral de los Deportistas Profesionales", llevado a cabo por investigadores del Cleveland Clinic Lou Ruvo Center for BrainHealth, Las Vegas- EE.UU. Del 20% al 50% de los luchadores profesionales podrían desarrollar enfermedades como Alzheimer, Parkinson, encefalopatía traumática crónica, depresión u otras afecciones neurológicas o neuropsiquiátricas. El motivo: los golpes repetidos en la cabeza que sufren a lo largo de su vida como deportistas. El traumatismo craneal repetido, que se da en deportes de combate como el boxeo y las artes marciales mixtas, es un factor de riesgo para las enfermedades neurodegenerativas y, sobre todo, para el desarrollo de encefalopatía traumática crónica. Los golpes continuos en la cabeza producen cambios en la cognición susceptibles de ser medidos y analizados. Un estudio post mórtem realizado entre 15 exjugadores de la Universidad de Boston constataba el daño en el cerebro y nudos marrones en los tejidos neuronales (característicos de la encefalopatía traumática crónica). Otras investigaciones en futbolistas vivos también mostraron daños cognitivos similares al Alzheimer con síntomas de demencia.¹⁰

Otra seria amenaza tanto para el rendimiento y salud del deportista, lo representa el desequilibrio entre el esfuerzo y el contraesfuerzo, la ejecución y la recuperación conocido como el Sobreentrenamiento (SSE), a que se rebasa la barrera de lo que el atleta puede asimilar sin menoscabo de su equilibrio biológico y su salud, y acumular excesos continuos o intermitentes, pero de manera persistente. El síndrome de sobreentrenamiento, es un cuadro clínico caracterizado por una

disminución marcada y sostenida del rendimiento físico, con importante afectación neuro-endocrina, alteraciones inmunológicas, aumento de los marcadores inflamatorios, incapacidad de recuperarse aún con disminución o cese de la actividad, deterioro en grado variable del estado de salud y afectación de la calidad de vida del deportista, ocasionado por entrenamiento excesivo, o recuperación insuficiente, unido frecuentemente a cambios en los hábitos de vida, o problemas de contenido emocional de distinta índole.¹¹

Por otra parte, la muerte súbita se ha convertido en el mayor reto preventivo y diagnóstico para los profesionales de la salud que recomienden y supervisen la práctica del ejercicio físico, ya que algunos estudios revelan que existe una estrecha relación entre la muerte súbita y algunos factores inherentes a la práctica de entrenamientos de alta intensidad. ¿Cómo se explica desde la medicina y la ciencia la relación entre el deporte de alta intensidad y la muerte súbita u otros graves riesgos cardiovasculares? Uno de los factores más determinantes es la existencia de alguna cardiopatía subyacente, que muchas veces es silente. Y otros factores son la propia intensidad del ejercicio, la frecuencia de la práctica, la condición física previa y los hábitos de vida.¹²

Otro estudio llevado a cabo por el cardiólogo del MidAmericaHeartInstitute of St. Luke's Hospital (EE UU) reveló que el ejercicio extremo causa más daño que beneficio, si se sobrepasa la dosis de ejercicios el beneficio va disminuyendo, hasta un punto en que puede perjudicar a la salud e incluso a la longevidad. Su investigación, ha mostrado qué cambios fisiológicos se sufren por ejercitarse de modo extremo. El entrenamiento intenso y de resistencia (el propio de un atleta de maratón, de triatlón o de ciclismo extremo) puede suponer cambios estructurales en las grandes arterias y el corazón. Todo ello puede desembocar en una arritmia. Un atleta de resistencia como los citados hace entre cinco y diez veces más ejercicio que el que se recomienda para llevar una vida saludable. Ese exceso tiene consecuencias. El corazón se ve afectado; cambia su funcionamiento y su lado derecho tiene que hacer un mayor esfuerzo. Esos cambios en el funcionamiento del corazón aún están presentes una semana después de la competición que el atleta de resistencia hubiera preparado. Pasados esos días, el corazón vuelve a su normal comportamiento. Con los años, el esfuerzo acumulado puede suponer lesiones permanentes en el corazón.¹³

Asimismo, otra situación que puede alterar la salud de un atleta, es el momento en que éste se retira de la actividad deportiva, ya que muchas veces por falta de orientación de un profesional, interrumpe bruscamente su entrenamiento sin considerar que detener de forma rápida estos estímulos, puede provocar una serie de alteraciones en el plano de su salud las cuales son conocidas como *síndrome agudo de postcarga longeva*.

Cabe destacar, que en cuanto a la participación de la mujer en el deporte se ha incrementado una acelerada tendencia en la aparición de nuevos riesgos para estas atletas. Dentro de estos



merece destacarse la denominada Tríada Atlética Femenina, que es un desorden compuesto por tres factores principales: Trastornos en la alimentación: anorexia o bulimia, Trastornos de la menstruación y función reproductiva y, la Osteoporosis.

Por otro lado, a nivel psicológico, los deportistas están sometidos a constantes presiones por el propio deporte y la mayoría de las veces por su entorno; entrenador, equipo, familia, asociaciones, federaciones, ministerios, entre otros. Las circunstancias personales, de grupo y sociológicas, son de tal envergadura que en ocasiones se alcanza y se supera el umbral de alarma, lo que afecta particularmente el rendimiento deportivo y el equilibrio psicológico, estos niveles de estrés desencadenan estados de ansiedad y tensión en el deportista-atleta. De igual manera, en el orden social, el alto número de eventos competitivos, los constantes viajes y las agotadoras horas de entrenamiento afectan algunos procesos de su desarrollo social. Los atletas no tienen otra función social, dado que el deporte y sus demandas no les dejan tiempo para desarrollar actividades paralelas

De allí que son innumerables las lesiones físicas, psicológicas y sociales a las cuales están expuestos los atletas en algún momento de su vida por el simple hecho de haber incursionado en el mundo deportivo, ocasionando que la vida competitiva del atleta se vea reducida solo a unos cuantos años de rendimiento efectivo; la mayoría de los atletas se retiran antes de cumplir con su ciclo de vida competitivo producto de lesiones y luego quedan con un organismo maltrecho y casi irreparable, esto sin tomar en cuenta las consecuencias psicológicas producto de las largas horas de estrés al cual ha sido sometido su organismo (bipolaridad, violencia, otros), trastornos de personalidad generalizado que en la mayoría de los casos no les permiten ser seres realmente felices y sociables. Estudios han demostrado que los atletas retirados pueden sufrir depresión y otros problemas mentales y son más propensos al abuso de sustancias, desórdenes alimenticios y problemas físicos que otros profesionales en general¹⁴

De lo anteriormente expuesto cabe preguntarse, ¿Qué importancia tiene la formación e incorporación del médico en los equipos multidisciplinarios que forman parte de la preparación del atleta para las competencias? Dicha respuesta se puede encontrar en la conceptualización de la medicina del deporte y sus implicaciones en la salud de los atletas. La medicina del deporte y de la actividad física, es una especialidad multidisciplinaria que comprende aspectos médicos, técnicos, psicológicos y pedagógicos, investiga y define las cargas de esfuerzo a que puede someterse al individuo durante sus fases de entrenamiento y preparación, con el objeto de producir incremento biológico en la capacidad de esfuerzo, prevenir lesiones, trastornos y enfermedades, así como tratarlas y rehabilitarlas en su caso. Su aplicación también incluye a personas que aún no practican ningún deporte o desarrollan actividad física como medio de mejoramiento, adecuación o rehabilitación. También le concierne la supervisión de grupos escolares, laborales y sociales que practican adecuación física y deporte.¹⁵

De igual manera, las ramas y disciplinas de la medicina deportiva incluyen los saberes básicos (anatomía, fisiología, biomecánica del ejercicio, etc.), las clínicas (Prevención, tratamiento y rehabilitación de lesiones y enfermedades) y otras ciencias aplicadas al deporte como son: la psicología, la nutrición, el entrenamiento en el deporte, la metrología, cineantropometría, entre otras).

De allí que la función de un médico del deporte es: asegurar la asistencia médica en los eventos deportivos, ya sean de competencia o de entrenamiento, profesionales o amateurs, infantiles, juveniles o adultos, masculinos o femeninos, en lugares cerrados o al aire libre, prevenir enfermedades o trastornos que pudieran derivarse de la práctica deportiva, tanto en su ejecución competitiva como los entrenamientos, curar y rehabilitar en forma idónea y rápida a los deportistas que se lesionen durante la práctica en su actividad, posibilitando su completa y total adaptación, primero para la vida diaria y luego para continuidad de su especialidad física, asesorar y confeccionar en equipos con técnicos y entrenadores, los planes anuales, mensuales, semanales y diarios de entrenamiento, asegurando la efectividad de las cargas de trabajo, participar, en su área correspondiente, en la correcta selección de jóvenes deportistas, cerciorándose que las potencialidades de los mismos son las suficientes y necesarias para poder desarrollar la actividad sin peligro y con probabilidades de éxito, evitando posibles frustraciones por una selección inadecuada, promover actividades de prevención, curación y rehabilitación de los problemas de salud relacionados con el deporte.

Asimismo, planear, ejecutar y evaluar programas de salud en el deporte aplicables a individuos y grupos en instituciones de enseñanza, deportivas, laborales y de salud, evaluar a los individuos a fin de identificar su estado de salud y que le permita realizar su actividad física o deportiva, investigar en los lugares de actividad y en el laboratorio la respuesta del organismo al esfuerzo con el fin de comprobar la efectividad de la tarea y proponer medios para su ejecución, estudiar a los deportistas mediante los procedimientos de interrogatorio, exploración y apoyo en los exámenes de laboratorio, realizar las maniobras necesarias para establecer el estado de salud y estructurar un expediente médico-deportivo completo, asegurar la nutrición adecuada de los deportistas de acuerdo a sus patrones biológicos y a las necesidades de su disciplina, combinar actividades de manera interdisciplinaria con entrenadores, preparadores físicos, paramédicos, nutriólogos, psicólogos y profesionales de la salud, la preparación para condiciones climáticas especiales (frío o calor) o ambientales (adaptación a la altura) y adaptación al cambio de husos horarios en viajes intercontinentales, entre otros.

Por otro lado, un dato curioso que puede ser de interés para los médicos del deporte, es la presencia de la tecnología en la actividad deportiva en la búsqueda de mejorar el rendimiento deportivo de los atletas, quizá será una de las esferas sociales en las que esas transformaciones sobre el cuerpo humano serán experimentadas por primera vez. El cuerpo del atleta podría sufrir varios tipos de modificaciones como son: el dopaje genético, transgénesis, los implantes en el cuerpo que convertirán a los deportistas en ciborgs y la creación de seres



híbridos y quimeras, incrementando la posibilidad de que pueda producir un daño severo la salud de los deportistas.

Consideraciones finales

El deporte se ha convertido en uno de los fenómenos socio-histórico-cultural más popular de la población venezolana y otros países del mundo, gracias a la promoción que le han dado los medios de comunicación, en consecuencia, existe un incremento en el número de personas que se dedican a la practican de una actividad física bien sea con fines competitivos o terapéuticos. El seguimiento de los acontecimientos deportivos es cada vez mayor y consecuentemente la repercusión del deporte va en aumento, alcanzando en estos momentos una gran significación.

Sin embargo, a pesar de que la realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud, el ejercicio físico y el deporte, practicado a altos niveles de exigencia o incluso a nivel popular, solicita el máximo esfuerzo de todos los sistemas que comprende el organismo humano. Los estímulos suprafuncionales, el sobreuso, el sobreesfuerzo, la sobrecarga, desarrollan las posibilidades de traumatismos en el aparato locomotor, pero también se pueden transformar en múltiples lesiones y enfermedades en todas las dimensiones que componen al ser humano.

En este sentido, el deporte de competencia debe ser una actividad física sistematizada racionalmente, que se dosifique adecuadamente con relación a las condiciones físicas, psicológicas y sociales de cada individuo tanto en la fase de pre-competencia, competencia, y post-competencia. Es aquí donde los programas requieren de la participación y consenso de la medicina del deporte. De allí la importancia de incorporar en los pensum de estudios de los estudiantes de segundo año de la carrera de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo, la asignatura Educación Física y Deporte, así como también incentivarles a realizar estudios de IV Nivel Postgrado en ésta área de conocimiento, disminuyendo las posibilidades de que la práctica de una actividad deportiva exponga a los niños, jóvenes y adultos a lesiones y a trastornos funcionales. Es pues de suma importancia que expertos en la medicina del deporte se incorporen a los equipos y programas donde se realice la actividad física o deporte, cuidando de ésta manera, la salud de los practicantes durante su vida deportiva como después de ella, ya que estas influencias tienen una repercusión a largo plazo.

REFLEXIONES

- El Deporte se presenta en la sociedad como una fiesta (...) fiesta para los que la practican (...) fiesta en los estadios (...) fiesta cuando el equipo con el que uno se identifica obtiene un trofeo (...) fiesta de amistad, y sociabilidad, que constituye un claro ejemplo de

cómo el encuentro deportivo es capaz de generar esa alegría que parece haberse perdido en la vida cotidiana.

- Ser atleta es el noble oficio de potenciar a nuestras facultades físicas y, a la vez, aprender a sacar dentro de nosotros mismos "lo mejor que tenemos" para ponerlo a disposición de los demás.
- A primera vista parece difícil para un médico de equipos deportivos, intentar abarcar tantos aspectos y tener en cuenta dentro de su especialidad tantas responsabilidades, pero..... como decía Confucio: "el ir un poco lejos es tan malo como no ir todo lo necesario"

REFERENCIAS

1. Lagardera F. De la aristócrata gimnástica al deporte de masas: un siglo de deporte en España. En: Revista Sistemal1992; 110-111: 9-36.
2. Moldes Farelo, R. (2004). Cuando batir el récord es secundario: "deporte espectáculo", construcción de mitos y consumo de sustancias prohibidas. En Álvarez Sousa, A. (comp.). "Turismo, ocio y deporte: octavo congreso español de sociología, transformaciones globales: confianza y riesgo". Universidad da Coruña. Alicante.
3. Moragas M. Deporte y medios de comunicación. Sinergias crecientes. En Telos, n° 38, Madrid, junio-agosto 1994.
4. Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Official Records of the World Health Organization, número 2, de 22-07-1946.
5. Constitución de la Organización Mundial de la Salud. Official Records of the World Health Organization, número 2, de 22-07-1946.
6. Villegas C. El deporte desde una visión transcompleja. En: Dimensión Deportiva 2012; 3: 13.
7. Pinedo M. El deporte de alto rendimiento no significa salud. En: Listin Diario 2008.
8. Vergara F. Lesiones por sobreentrenamiento. Trek and run 2007. Disponible: [www.http://trekandrunk.blogspot.com/2007/10/lesiones-por-sobreentrenamiento.html](http://trekandrunk.blogspot.com/2007/10/lesiones-por-sobreentrenamiento.html) [consultado 8 noviembre 2015].
9. Pinedo M. El deporte de alto rendimiento no significa salud. 2009. Disponible: www.miltonpinedo.blogspot.com/2009/05/el-deporte-de-alto-rendimiento-no_5662.html 2008. [consultado 4 abril 2016].



10. Llavina N. Deportes de contacto: ¿un riesgo para la salud del cerebro? 2012. Disponible :www.consumer.es › Salud › Prevención y hábitos de vida. [consultado 5 mayo 2016].
11. Subiela J. El síndrome de sobreentrenamiento: criterios diagnósticos y pautas terapéuticas. Ponencia presentada en el IX Congreso Iberoamericano de Medicina y Ciencias Aplicadas al Deporte, Mérida, Venezuela, Diciembre 2008.
12. Torres F. Ejercicio Físico y Sistema Cardiovascular. 2016. Disponible: www.vidabreak.com.ve/ejercicio-fisico-sistema-cardiovascular/[consultado 22 junio 2016].
13. 20 minutos noticia. El ejercicio físico extremo causa más daño que beneficio. Disponible: www.20minutos.es/noticia/1499278/0/ejercicio-fisico-extremo/causa.../que-beneficio/[consultado 22 junio 2016].
14. Fotiadou A El mayor desafío en la vida de un atleta. 2015 Disponible: www.wsimag.com/es/deportes/18035-el-mayor-desafio-en-la-vida-de-un-atleta. [consultado 14 febrero 2016].
15. Domínguez G., Pérez L. Papel de la medicina del deporte en la medicina general. En: Revista Facultad de Medicina UNAM; 2001; 44 – 2: 86.



La integración del currículo en estudios de IV nivel sobre deporte y salud

Régulo Rauseo
 Universidad Pedagógica Experimental Libertador
 Caracas – Venezuela

Recibido: 20 de Abril 2016 Revisado: 20 de Junio 2016 Aceptado: 30 de Septiembre de 2016 Código: 03

Introducción

En esta ponencia expongo lo que considero elementos fundamentales ontoepistémicos para la comprensión de lo que puede sustentar la apertura de estudios de cuarto nivel relacionados con la salud y el deporte. Para lograr este fin desarrollo en primera instancia el significado de los dos términos en la búsqueda de eliminar en lo posible la polisemia o pansémico de las dos palabras y centrarlo en el enfoque a desarrollar. Luego ubicar lo epistémico de la relación salud deporte, continuar con lo ontológico del tema y finalizar con la axiología presente en dicha propuesta. Todo esto llevará a establecer conclusiones sobre el tema tratado. Para finalizar con la posturas desde el punto de vista curricular y las posibles vertientes que se presenten como conclusión en la elaboración de un proyecto de deporte y salud en estudios de cuarto nivel.

Desarrollo

Para entender la postura sobre los elementos fundamentales ontoepistémicos sobre la salud y el deporte he considerado pertinente partir de los enunciados sobre estos elementos: en primera instancia recojo la definición sobre el deporte, con la salvedad de ser considerada una palabra polisémica o pansémica lo que obliga a entender su significado en el contexto donde se use, por lo que la definición planteada por Parlebas¹ “conjunto de situaciones motrices codificadas en forma de competición e institucionalizadas” (pág. 105), conlleva la palabra deporte en su estructura mecánico – funcional, más que una estructura de carácter social aunque su planteamiento de competición institucionalizada así lo requiere para ser considerado deporte y dejada sólo a la acción de la individualidad semántica corpórea.

Con esto se quiere significar que aun viéndolo dentro de un enfoque mecanicista su existencia radica en las normas establecidas socialmente que lo identifican y que lo llevan a la sociopraxia aun siendo denominado dentro de algunas clasificaciones de las disciplinas deportivas como individual.

Otro autor como Ramírez citando a Platonov (1987) lo enfoca en dos sentidos; reducido, como actividad propiamente competitiva donde se manifiesta la individualidad y en sentido amplio como fenómeno social multifuncional, incluida la función como medio de la educación física tanto en el desarrollo físico como social.

Concordamos con Ramírez que dentro de la complejidad del término deporte una de los grandes usos que ha tenido socialmente esta como medio importante de la educación física, tanto en lo físico como en lo social, es posible que en nuestro país dentro del ámbito educativo, más por la falta de estructuras acordes en las instituciones educativas y apoyo económico, se mantengan ciertas disciplinas deportivas como fundamentales y no respondan a la realidad social de la praxis comunitaria deportiva, aunado a la falta de estudios sobre este tema en nuestros ambientes académicos universitarios, lo que conlleva a posibles diseños curriculares alejados de la realidad y la baja dinámica de cambios que existen sobre el tema en las instituciones dedicadas a la formación de talentos humanos para atender estas necesidades.

Luego de pasearnos por estas definiciones de la palabra deporte entramos en las consideraciones fundamentales como sería considerar tres experiencias fundamentales y que envuelven la salud desde ámbitos diferentes los cuales son el deporte profesional, el deporte para todos y el deporte educativo

Deporte profesional y de alto rendimiento

Otro elemento que se suma a lo planteado es el deporte profesional, acción que tiene dos vertientes; una propiamente profesional desde el punto de vista económico, llamado también deporte espectáculo, que atiende aquellas necesidades sociales existentes desde las más antiguas civilizaciones donde es tan importante el dinero presente como la fama o hecho comunicacional que proporciona el enfrentamiento entre dos entes llámese persona o naciones, representados en equipos, que provocan la efervescencia de quienes lo ven y toman partido por uno u otro participante, caso mundial de fútbol, Béisbol, Baloncesto, combates de boxeo, etc.

Otra cara de este profesionalismo son los atletas de alto rendimiento, donde el participante debe ser atendido por grupos o estados ya que su labor no representa producción de bienes, ni servicio, es la satisfacción o el hecho público y notorio de presentar la máxima realización en disciplinas deportivas y ser considerado el personaje de mayor nivel competitivo en la disciplina deportiva respectiva.

Podríamos decir que la inversión económica y social en el deporte es visto como algo necesario para demostrar el desarrollo de un país, no como un gasto suuntuario o innecesario, lo que se demuestra por el patrocinio que logran estas actividades, como medio de vender productos o el mecenazgo



público o privado considerados importantes.

En la mayoría de los países incluida América latina, el deporte tiene su nicho social, lo que da cabida para el financiamiento del mismo. Quizás en Venezuela se presenta un enfoque poco convencional cuando se considera el deporte como obligatoriedad del estado, aunque sus mentores sean de derecho privado.

No se debe dejar de lado que el deporte de alto rendimiento, además que el profesional ha sido utilizado como laboratorio de salud humana, en el desarrollo de elementos de nutrición y generadores de productividad fisiológica, para aumentar las capacidades de rendimiento, llámese correr, lanzar, saltar o combinaciones de la mismas, todos ellos al desarrollo de la fuerza en sus diferentes presentaciones.

Igualmente mejoras en el hacer biomecánico en las disciplinas deportivas, ergonometría de los equipos, así como materiales que permitan un mayor rendimiento deportivo, aunque estos signifiquen ir en contra de la salud del atleta.

El deporte para todos o participativo

Este deporte nace como acto recreativo y de uso del tiempo libre, en este sentido Ramírez³ hace mención al Deporte Recreativo y lo describe como “Es un área de la recreación, cuya característica (es) son la realización de actividades deportivas informales y actos espontáneos de movimientos deportivos, donde no se cumple rígidamente la reglamentación del deporte de élite”. Dos elementos son importante destacar el primero que como área de la recreación aumenta su formalidad cuando los practicantes tienen la experiencia de su práctica formal y sistemática, perdiendo esta última parte y convirtiéndose en una actividad de fin de semana o de tiempo libre; el segundo se manifiesta en la existencia de organizaciones nacionales e internacionales como la The Association For International Sport for All “TAFISA” por sus siglas en inglés (pueden visitar la página [www. Tafisa.net](http://www.Tafisa.net)) dedicada a promocionar e incentivar la práctica de estas formas sociales de practica de juegos y disciplinas deportivas, considerando que brindan alegría, salud y desarrollo a las comunidades del mundo y un derecho humano básico.

Desde el punto de vista económico representa una gran industria para el desarrollo de productos utilizados por los practicantes, tanto de equipos como de elementos nutricionales consumidos por los practicantes, además de los elementos de salud involucrados en la práctica deportiva.

Como elemento fundamental de la salud integral dentro de una sociedad, el deporte para todos permite la integración social sin discriminación de condiciones, edad, sexo o grupo racial, aspectos importante en la creación y desarrollo de planes para su uso como prevención de la salud.

Un elemento que alegan los defensores de esta práctica disciplinaria es que el deporte para todos debe considerarse como una inversión y no como un gasto o carga social.

Deporte Educativo

La tercera vertiente que consideramos importante es el deporte denominado educativo por Le boulch, como medio de desarrollo, donde el docente debe confrontar al educando en forma individual o grupal, con situaciones – problemas dentro de la actividad deportiva.

Quizás esta es la forma más discutidas en Venezuela ya que existen profesionales que consideran no válido el uso de las disciplinas deportivas como medio fundamental para el desarrollo de la educación física. De acuerdo a este autor conductista considera el sistema estímulo – respuesta como una respuesta, valga la redundancia, de la actividad natural del individuo, en la búsqueda de eficacia en la acción motriz. Para ello interviene la conducta investigadora o exploratoria del individuo en la construcción de un modelo motriz personal de cuerpo percibido a cuerpo representado, permitiendo la maduración de su memoria psicomotriz, de adaptación de respuestas motrices a datos espacio – temporales impuestos por el mundo exterior.

Lo anteriormente planteado por Le Boulch, lo lleva a establecer una clasificación de aquellos disciplinas deportivas que considera fundamentales en el trabajo escolar estos son los deportes individuales representados por Atletismo, Gimnasia Artística, Natación y colectivos representados por el Baloncesto, Fútbol y Voleibol. Todos ellos precedidos por la práctica del juego y en especial los juegos denominados pre deportivos.

El planteamiento de este autor se basa en que estas disciplinas deportivas engloban la mayor cantidad de acciones motrices que desarrolla el individuo durante toda su vida.

Podemos observar que esta clasificación se ha mantenido en los currículos educativos de nuestras instituciones producto de condiciones de infraestructura, conocimiento de los docentes aunque casos como la natación fue sostenida sólo en aquellas instituciones con acceso a piletas, la gimnasia artística producto de falta de materiales y poco dominio de los docentes, el fútbol de campo fue sustituido por el fútbol de salón.

Desde el punto de vista de la salud en lo individual, el desarrollo motor es necesario y en lo social la praxis de actividades deportivas permite la integración, respeto a las reglas o juego limpio, cumplimiento de tareas, lo que conlleva a ser necesaria la práctica de las disciplinas deportivas en la escuela como un medio importante para el desarrollo personal social del individuo.

Como complemento de este deporte educativo escolar o formal, se ha popularizado y desarrollado escuelas de disciplinas deportivas incentivadas por grupos sociales como clubes privados, asociaciones deportivas e inclusive como brazos de desarrollo de organizaciones de deporte profesional.

Como colofón podemos decir que el deporte en cualquiera de sus acepciones o forma de uso, socialmente tiene importancia, ya que su práctica provoca en el sujeto cambios y actitudes que a la larga inciden dentro de la sociedad en la que se interactúa. En lo individual su praxis desde la educación formal hasta el uso profesional da la oportunidad de desarrollar destrezas y



adquisición de hábitos de salud, que a la larga producirán en la mayoría de los casos beneficios individuales y sociales reflejados en su acontecer diario y en su interacción social. Su importancia científica radica en los cambios producto de investigaciones en la actividad, donde se obtienen descubrimientos en el uso de tecnologías y productos alimenticios y químicos que aumentan el rendimiento del cuerpo humano durante la actividad

La Salud

El otro elemento que se debe definir para entender el planteamiento de esta exposición es la palabra también polisémica como es salud. Si se parte del concepto de la Organización Mundial de la Salud OMS, elaborado en 1946 y sostenido hasta el día de hoy como "...un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente de ausencia de afecciones o enfermedades". Esta definición aceptada como verdad rompe con los conceptos individuales o minimalistas de ciencias como la fisiología, psicología que implican sólo su área específica, conllevando a una estructura de pensamiento más amplio e inclusivo de otros elementos participantes.

En este sentido por la característica del deporte que engloba acciones de múltiples ciencias es conveniente entender que su acción está rodeada de la complejidad de dicha definición, establezcamos entonces una revisión de los tres elementos fundamentales de esta definición como lo son lo físico, mental y social.

Antes debemos recordar que esta definición nace en el año 1946, donde las investigaciones científicas mantenían sus cotos cerrados y no interactuaban en la complejidad de ver sus conocimientos como parte de un todo sistémico donde cada pieza encaja en un rompecabezas llamado sociedad, donde se juntan el ser, hacer, conocer y convivir, en una amalgama de uso por parte del ser social.

En lo físico en aquel momento su referencia es sólo lo que rodea lo corpóreo del ser humano ya que no se destacaba el ser humano como parte del ambiente hoy, se considera el mismo como parte del ambiente social, persistiendo como el "fluido que rodea un cuerpo" (Moliner, 1998), lo que implica que para poder establecer la salud física el individuo debe hacer buen uso de los elementos que componen el ambiente, ejercitándose en espacio donde los fluidos y en especial el aire le permitan acceder a un oxígeno limpio y adecuado para su actividad, espacios donde su actividad este alejada de posibles lesiones por contacto o mal uso de los mismos, rompiendo con reglas básicas de ergonomía en el momento de manipular equipos contrarios al esquema físico del usuario.

La salud mental definida por la OMS en el 2013 "...un estado de bienestar en el cual el individuo es conciente de sus propias capacidades, puede afrontar tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad." Los elementos que se pueden extraer de esta definición de acuerdo a nuestro interés radican en el tener conciencia de sus capacidades, tener dominio de su entorno de tal manera que pueda atender las necesidades de respuesta que deba dar en lo individual. Llevado al mundo del deporte implica prepararse para acciones

inesperadas dentro de la actividad, hecho realmente complejo ya que en las disciplinas deportivas son tantas las variables que intervienen que exigen del participantes capacidades mentales que le permitan mantener el equilibrio personal en todo momento.

En lo social la salud para la OMS se basa en las dos variables física y mental, integrados en lo social ya que tiene alta incidencia la relación los hábitos de vida relacionados con lo mental incluida la zona de confort de cada individuo y en lo físico las condiciones para la práctica de la actividad física acorde con las necesidades de las personas como comunidad.

La OMS estableció factores determinantes para la salud social, basada en la forma como nacen, crecen, se desarrolla y envejece las personas dentro de una comunidad.

Todos estos elementos presentes en la definición de salud están íntimamente ligados a la infraestructura económica que sustenta a la sociedad, al igual de las políticas sociales que implementen los gobiernos para la distribución de los recursos.

Se puede concluir sobre la definición de salud, además de su complejidad y paroxemia de la palabra que el hablar de ella se deben estimar toda una serie de variables presentes, lo que implica tener muy claro el valor que se le quiera dar o fin que se persiga para su uso.

En este sentido hablar de salud y deporte requiere entender que los dos términos están involucrados de manera permanente, se puede decir que son parte de un enfoque holístico más que integral; ya que en cualquiera de las tres grandes facetas del deporte, profesional o rendimiento, deporte para todos o educativos va muy unido a la salud, en sus tres dimensiones.

En la salud física porque todas las demostraciones del deporte requieren ejecución física, aún en aquellas acciones con presencia de deficiencias físicas o motrices, dentro de esto se sigue discutiendo si el ajedrez es deporte o un juego. Producto de este interés físico se han desarrollado investigaciones sobre la biomecánica y la fisiología humana en el deporte que luego son revertida sobre la sociedad y personas no practicantes de disciplinas deportivas.

En la salud mental, el deporte proporciona al ser humano practicante la posibilidad del autocontrol, el trabajo sistemático, posibilidades de desarrollo del pensamiento creativo, recrearse cuando ejecuta, auto conocimiento de sus posibilidades físicas y mentales. En lo mental si algo requiere dominio personal son las disciplinas deportivas.

En la salud social la actividad deportiva permite la socialización del individuo a través de la integración en grupos y equipos, metas comunes con otros participantes de la actividad, practicar el juego limpio, someterse a reglas sociales y asumirlas como personales, reconocer aprender de la derrota como del triunfo, los que practican deporte con regularidad suelen sentirse más satisfechos experimentando subjetivamente un mayor sentimiento de salud integral.

Podemos concluir que el deporte tiene gran influencia y efectos



tangibles en la sociedad tanto en la infraestructura económica como en la educación y en la salud pública que son temas fundamentales dentro de esta ponencia, ya que se hace un análisis sobre salud y deporte como base para desarrollar un currículo en estudios de cuarto nivel.

Visión epistémica

Comprender el fenómeno de la salud en la perspectiva del deporte que se quiera utilizar, implica luego de revisado los términos en el contexto de estudios de cuarto nivel, prosigue elaborar un diagnóstico sobre la población interesada en dichos proceso y la sociedad en la cual se aspira se desenvuelva dicho profesional. Aunado a los conocimientos previos que debe tener el aspirante sobre los dos temas; ya que de acuerdo al enfoque se determinan los énfasis en el eje curricular que se aspire desarrollar.

Visión Ontológica

En este sentido la esencia de estudios de cuarto nivel, obliga a pensar en profesionales con una sólida formación sobre un tema que afecta directamente a la sociedad, al individuo en lo personal y lo social, por lo que se requiere tener claro el fin, propósito y metas de las competencias que se aspira manejen dichos egresados.

Visión Axiológica

De acuerdo al enfoque que se aspire dar en la institución a dichos estudios, no debe perderse de vista la función social de los mismos, ya que cuando se habla de salud y deporte nos referimos a dos elementos integrados y sustentados por la sociedad a la que se le presta el servicio educativo; razón que revaloriza su función y obliga a no perder de vista dicha actividad.

Opción Curricular

Partiendo de todo lo anteriormente planteado, en lo curricular la elaboración de unos estudios de cuarto nivel dedicados a la salud y el deporte, además de la sustentación fundamentalmente social planteada, debe manejarse en dos ejes curriculares como son la salud y el deporte, elementos definidos y contextualizados en vertientes claras como ejemplo, en el caso del deporte: si el eje enfoca hacia el deporte de rendimiento y profesional, se elabora en el sentido de la ciencia como elemento de entrenamiento de alto rendimiento, orientado a la búsqueda de maximizar resultados técnicos; en el caso del deporte para todos hacia la búsqueda de programas que permitan una mayor masificación de la actividad deportiva en la sociedad en la implantación de una cultura social sobre la práctica del deporte como elemento de salud social. En el Deporte Educativo se impone acciones para investigar y

desarrollar propuestas de nuevas formas de desarrollo psicomotor a través del deporte involucrado con trabajos integrados o con énfasis en la integración social grupal o de equipos.

Otra manera de enfocar curricularmente estos ejes radica en las líneas de investigación que apoyen dichos estudios.

Conclusión

Luego de revisado los elementos que consideramos fundamentales tener claros para poder opinar sobre la posibilidad de una propuesta de estudios de cuarto nivel en el ámbito de la salud y el deporte, creemos muy pertinentes realizar estudios de factibilidad de los mismos, con la intención de establecer bases de credibilidad de dichos estudios dentro de la sociedad venezolana, pautados dentro de la institución universitaria, ya que esto presenta un nuevo enfoque de integración sobre el tema y permite abrir nuevas líneas de investigación en nuestro país.

Dentro de las pautas curriculares priorizar los dos ejes curriculares que consideramos fundamentales como son el de salud y deporte, direccionados en el contexto social al cual irá enfocados los estudios.

Referencias

1. Parlebas Pierre. Juegos, Deporte y Sociedad, Léxico de Praxiología Motriz., Paidotribo (2001):Barcelona
2. Ramírez Torrealba, Jorge. Fundamentos Teóricos de la Recreación, la Educación Física y el Deporte, Episteme (2009): Maracay
3. Ramírez Torrealba, Jorge. Conceptos Educación Física, Deporte, Recreación. Episteme (1999): Maracay
4. Le Boulch Jean, El deporte educativo, psicocinética y aprendizaje motor. Paidos (1991): Barcelona.
5. Organización Mundial de la Salud. Official Records of the World Health Organization, N° 2, p. 100. se puede revisar en www.who.int/suggestions/fag/es/
6. Moliner, María Diccionario de uso del español. Página 160, Gredos (1998): Madrid
7. Organización Mundial de la Salud. Official Records of the World Health Organization, N° 2, p. 100. se puede revisar en www.who.int/feature/factfies/mental_health/es
8. ABC se puede revisar <http://www.definicionabc.com/salud/salud-social.php>



P erfil

A TRIO

Plataforma de realidades literarias en el deporte, es una revista arbitrada y en los trámites para ser indizada. De publicación semestral y de acceso libre, editada por la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo. Está dirigida a quienes adelantan o han efectuado investigaciones en las áreas de conocimiento del deporte y la salud a nivel nacional e internacional, con el propósito de difundir los resultados de sus trabajos (sean parciales o finales), bien sean artículos de investigación, reflexión, revisión, entre otros, que tengan por objeto difundir la ciencia.

G UÍAS PARA LOS AUTORES

Ante todo, un cordial saludo a los concursantes en publicar en la revista digital Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte.

La intencionalidad del presente documento, es ofrecer una orientación en lo referente a la redacción de artículos científicos en las ciencias aplicadas al deporte, en tanto que la visión de la universidad es la generación y difusión del conocimiento.

Así mismo, se plantea las siguientes líneas estratégicas:

1. El número máximo de autor y coautor es hasta de cinco personas.
2. La persona que aparezca como primer autor se entenderá que es el autor principal y el resto de sus integrantes serán los coautores.
3. El autor principal será el responsable de completar los datos que aparecen en el **Formato para Solicitud de Publicación y Transferencia de derecho al autor**, firmarla.
4. Colaborar con la inversión para el pago de Honorarios Profesionales de los Árbitros, Diagramación y Publicación del Artículo Bolívares 2.000,⁰⁰ en el Banco Provincial, Titular Andrés Ascanio, Cuenta Corriente N° **0108-0113-38-0100070043**, Cédula de Identidad N° 7.091.962. Esto es por concepto de Pago de Honorarios Profesionales de los Árbitros, Diagramación y Publicación del Artículo y, consignarla junto con el Formato para Solicitud de Publicación. Este aporte **NO GARANTIZA** la publicación en nuestro producto.
5. Digitalizar y remitir a la dirección electrónica revistadigitalatrio@outlook.com el Formato de solicitud de publicación, el extenso de su artículo científico y la planilla de Depósito o Transferencia al **Comité de Recepción y Aceptación de Manuscritos** de la Revista Atrio. Plataforma de Realidades literarias en el deporte, a la dirección electrónica revistadigitalatrio@outlook.com
6. El Único Formato admitido es Word.

Prepare su Artículo

- La versión final de su artículo deberá elaborarse siguiendo las indicaciones y especificaciones contenidas en la **“Guía para la Preparación de Artículos”** que se encuentra en las páginas siguientes a ésta.
- El número máximo de páginas por artículo es doce, incluyendo figuras, tablas, gráficos y referencias. A lo sumo podrán incluirse dos páginas adicionales más, efectuando un pago extra de 2 unidades tributarias.
- El título irá en español e inglés al igual que el resumen.

CRONOGRAMA DE ATRIO N° 5, Año 3 Noviembre 2016.

- La recepción y cierre de Artículos: **15 de agosto al 20 de septiembre de 2016.**
- Revisión de los Pares: **21 de septiembre al 25 de Octubre de 2016.**
- Resultados del Arbitraje: **26 de Octubre de 2016.**
- Reparos (si es necesario): **27 al 30 de octubre de 2016**
- 2º Revisión de Pares (si es necesario): **31 de Octubre al 4 de noviembre de 2016**
- Resultado definitivo del Arbitraje: **5 de noviembre de 2016**
- Envío del Artículo a diagramación: **5 de noviembre de 2016.**
- Publicación del N° 5 Año 3, Noviembre 2016, de la Revista digital Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte: **15 de 2016.**

GUÍAS PARA LA PREPARACIÓN DE ARTÍCULOS

I. ESPECIFICACIONES

1. Para garantizar la uniformidad de apariencia de la publicación, su artículo deberá ajustarse a las especificaciones que se encuentran en el **Formato para Artículos**. Si su artículo varía significativamente de estas especificaciones, la diagramadora podría no estar en capacidad de incluirlo en el N° de la edición a publicar.
2. Elabore su artículo a un solo espacio, en doble columna y empleando como tamaño del papel el correspondiente la papel carta (8.5" x 11" / 21.6 cm. x 27.9 cm.).
3. En la primera página, la distancia del borde superior de la hoja al tope de la primera línea de escritura (el título) deberá ser de 0.79" (2.0 cm.).
4. En la segunda página y en las sucesivas, la distancia del borde superior de la hoja al tope de la primera línea de escritura deberá ser de 0.59" (1.5 cm.).
5. Los márgenes izquierdo y derecho deberán ser de 0.75" (1.9 cm.).
6. El ancho de cada columna deberá ser de 3.22" (8.2 cm.).
7. La distancia entre ambas columnas de texto deberá ser de 0.55" (1.4 cm.).
8. La distancia desde el borde superior de la hoja hasta la base de la última línea de escritura no deberá superar 10" (25.4 cm.).
9. Use justificación a la izquierda y a la derecha.

II. TAMAÑOS Y TIPOS DE LETRAS RECOMENDADOS

Recomendamos una fuente de 9 puntos. El formato para la elaboración de los artículos de la Revista digital Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte está en 9 puntos, empleando como fuente: *Times New Roman*. Si requiere disminuir la longitud de su artículo, le sugerimos condensar los espacios entre líneas en lugar de utilizar fuentes más pequeñas. Algunos *software* de formateo técnico generan las fórmulas matemáticas en estilo itálico, con subíndices y supra índices en una fuente ligeramente más pequeña, ello es aceptado. Cualquier otra fuente debe ser incluida (*embedded*) en su archivo para asegurar que sea “guardada” correctamente.

III. ENCABEZADOS

Los encabezados principales deberán estar centrados en la columna, en negrilla y en letras mayúsculas sin subrayar. Podrán enumerarse, si así lo desea. "**1. ENCABEZADO**" en el tope de este párrafo es un encabezado principal.

Subencabezados

Los subencabezados deberán estar en negrilla y en minúscula con la primera letra de cada palabra en mayúscula. Deberán colocarse en una línea aparte y justificado a la izquierda.

Sub-subencabezados: los sub-subencabezados deberán estar en negrilla y tener sangría, y no encontrarse en una línea aparte. El texto debe escribirse a continuación de ellos. El tope de este párrafo ilustra un sub-subencabezado.

Título: El título deberá estar centrado a lo ancho del tope de la primera página y debe distinguirse con la fuente tamaño 12. Será corto(entre 3 a 6 palabras), lo que permitirá la identificación y codificación del trabajo.

Nombres y direcciones de los autores: Los nombres y direcciones de los autores deberán aparecer centrados debajo del título. Se recomienda utilizar una fuente de tamaño 11.

Palabras Clave/Key Words: Se requieren entre 3 a 5 palabras clave, las cuales deberán aparecer después del RESUMEN y ABSTRACT, bajo el subencabezado que corresponda “Palabras Clave/Key Words”.

Ilustraciones o fotos: Todas las ilustraciones o fotos deberán ser nítidas. Estas imágenes deberán colocarse después o cerca del lugar en donde son referenciadas en el artículo. Suministre la (s) foto (s) e ilustraciones en la más alta calidad posible.

IV. FÓRMULAS

Todas las fórmulas deberán numerarse consecutivamente a lo largo del texto. La numeración de las ecuaciones deberán estar entre paréntesis y justificada a la derecha. Las ecuaciones deberán ser referenciadas en el texto como Ec. (X), donde X es el número de la ecuación. Si una ecuación abarca múltiples líneas, su número deberá colocarse en la última de ellas.



V. ENUMERACIÓN DE PÁGINAS

NO ENUMERE las páginas de su manuscrito. Los números de las páginas serán incluidos cuando se ensamblen en la revista.

VI. PIE DE PÁGINA

El uso del pie de página deberá evitarse siempre y cuando sea posible. De requerirse, colóquelo en la parte inferior de la hoja y en la columna en donde es citado.

VII. CONCLUSIONES

Mientras mejor luzca su artículo, mejor lucirá su publicación.

VIII. REFERENCIAS Y CITAS

Las citas y referencias bibliográficas, deben ser actualizadas (contar con cinco años) y adecuadas a las **Normas Vancouver**.

IX. PUBLICACIÓN DEL ARTICULO

La edición N° 5 del Año 3 de la Revista digital Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte, será publicada en el mes de Noviembre del año 2016.

X. ESTUDIOS:

En Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte podrán ser publicadas solo los siguientes tipos de trabajo:

Tópicos de Actualidad: Versan sobre eventos novedosos en las ciencias aplicadas al deporte, presentados por la comunidad científica en general. El Consejo Editor se reserva el derecho de seleccionar el tema que considere relevante e invitar a expertos o especialistas en la materia seleccionada.

Artículo: Presenta un estudio inédito, completo y definido con aplicación estricta del método científico, tal investigación podrían ser los de 4° y 5° Nivel de educación universitaria, con o sin Mención “Publicación.

Ensayos: El autor realiza una inmersión profunda en un tema de relacionado con las Ciencias Aplicadas al Deporte, analizando y sustentando su opinión con la bibliografía, presentando un postulado para su argumentación, discusión, resultados y conclusiones.

Sistematización de la Experiencia: Constituye la reconstrucción y reflexión analítica sobre una acción intencionada y transformadora desde y para la práctica social y comunitaria que se encuentre dentro del perfil de la revista.


10. LINEAS DE INVESTIGACIÓN:

Línea	Temática	Sub temática
Deporte	Ciencias sociales	Administración organización y gestión del deporte / Administration and management of sport organization. Cinantropología / Kineanthropology. Didáctica y metodología / Didactics and methodology. Educación Física y deporte comparado / Physical Education and sport compared Educación Física, Deporte y Recreación/ Physical Education, sport and ... Sociología del deporte / Sociology of sport Historia del deporte / History of sport Filosofía del deporte / Philosophy of sport Legislación del deporte / Legislation sport. Organización Deportiva / Gerencia Deportiva/ Vida al aire libre Otras (especificar) / Other (specify)

Línea	Temática	Sub temática
Ciencias Médicas	Análisis de Movimiento	Aprendizaje motor / Motor learning
	Bioquímica	Bioquímica del deporte / Biochemistry of sport
	Biomecánica	Biomecánica del deporte / Biomechanics of sport
	Fisiología	Fisiología del ejercicio / Exercise Physiology.
	Fisioterapia	Fisioterapia y rehabilitación / Physiotherapy and rehabilitation
	Cinantropometría	Cinantropometría / Kineanthropometry
	Medicina	Medicina del deporte / Sports Medicine.
	Nutrición	Dietética y Nutrición en deportistas
	Psicología	Psicología del deporte / Sport Psychology
Ciencias sociales aplicadas a la salud	Calidad de vida	Actividad física y deporte como moduladores de riesgo Deporte y actividad física en poblaciones de riesgo Sedentarismo y condición física Bioética, actividad física y deporte
Promoción de estilos de vida saludable	Ejercicio Físico y Salud	Sedentarismo y condición física

TITULO (español)

Primer nombre, Inicial segundo nombre y Primer Apellido
 Escuela de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo
 Naguanagua, Estado Carabobo. Código-Postal 2005, Venezuela
 Dirección electrónica

Primernombre, Inicial del segundo y Primer Apellido
 Escuela de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo
 Naguanagua, Estado Carabobo. Código-Postal 2005, Venezuela

Primernombre, Inicial del segundo y Primer Apellido
 Escuela de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo
 Naguanagua, Estado Carabobo. Código-Postal 2005, Venezuela

Primernombre, Inicial del segundo y Primer Apellido
 Escuela de Medicina de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Carabobo
 Naguanagua, Estado Carabobo. Código-Postal 2005, Venezuela

Recibido: (Para uso del Comité de Recepción y Aceptación) **Revisado:** **Aceptado:** **Código:**

RESUMEN

El resumen deberá sintetizar el contenido del artículo y no debe exceder de 250 palabras. No incluya en el mismo, referencias o ecuaciones. Es imperativo que los formatos de márgenes y el estilo descritos abajo, se sigan cuidadosamente. Esto nos permitirá mantener uniformidad de los artículos que se aspiran publicar. Por favor, tenga presente que el artículo que usted elabore, aparecerá publicado de la misma manera en la que sea recibido.

Palabras Claves: Se admitirá la utilización de 3 a 6 palabras clave en ambos idiomas de los descriptores en las ciencias aplicadas al deporte (véase artículo 11). Para seleccionar las palabras clave de los artículos de la línea de investigación Médica en el idioma inglés, se recomienda la utilización de los términos del Medical SubjectHeadings (MeSH) disponible en: <http://www.ncbi.gov/sites/entrez?db=mesh>

ABSTRAC

Título en inglés

Keyword:

INTRODUCCIÓN

Plantea una visión prospectiva, y cumple con la función retórica de ubicar al lector del contenido del artículo y lo que “se hará” en el mismo. Está compuesta de tres pasos: primero se ubica a la investigación y se expone de manera general el problema que

da origen al estudio; luego se plantean los objetivos y se da información sobre el marco teórico y el método que se empleará para alcanzar los objetivos y dar respuesta al vacío que existe en el área y las interrogantes que se desean responder, esto con la finalidad de justificar el estudio y despertar el interés en el lector.

El documento que usted está leyendo ahora, ha sido elaborado de acuerdo al formato que deberá seguir. Envíe la versión final de su artículo electrónicamente, a través de la dirección electrónica revistadigitalatrio@hotmail.com. El único formato aceptado es WORD.

MÉTODO Y MATERIALES

Su función discursiva es, describir los sujetos que intervienen en el estudio, presentar el método empleado, las variables o categorías del estudio, así como los procedimientos y técnicas seguidas por los investigadores. Se identifican además, los materiales para el logro de los objetivos planteados.

RESULTADOS

Son los hallazgos derivados de aplicación del método, los cuales podrían ser cualitativos, cuantitativos o mixtos, presentándose en pretérito, y no debe repetirse en el texto la información contenida en las tablas, figuras, se debe destacar solo las observaciones más resaltantes.



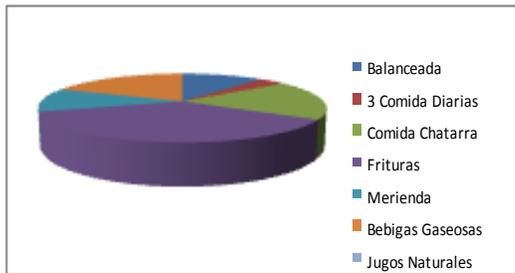
Para las tablas o figuras, estás deberán diagramarse según los siguientes ejemplos:

Tabla N° 1: Título corto

Variable	Categoría	Categoría	Categoría
----------	-----------	-----------	-----------

Pie de la figura: redactar las explicaciones de los métodos que se han empleado, que representa, que significan las abreviaturas, los símbolos, y también, lo que significan las distintas partes de la figura, y una vez que proporcionas esa información, describes cada una de las variable y la vinculación de esas variables con la figura.

Figura N° 1: Título corto



Pie de la figura: redactar las explicaciones de los métodos que se han empleado, que representa, que significan las abreviaturas, los símbolos, y también, lo que significan las distintas partes de la figura, y una vez que proporcionas esa información, describes cada una de las variable y la vinculación de esas variables con la figura.

DISCUSIÓN

Se destaca el análisis, la explicación e interpretación el significado de los resultados y su relación con los objetivos, el problema, las preguntas, y las comparaciones con otras investigaciones (si las hay).

CONCLUSIONES

Se exponen las deducciones lógicas que es posible derivar de las discusiones del trabajo.

AGRADECIMIENTO

Es opcional, y está referido a la cooperación de personas e instituciones que ayudaron las investigaciones, a los que revisaron el manuscrito del artículo, a los que contribuyeron en la redacción del mismo

REFERENCIAS

Las referencias bibliográficas, deben ser actualizadas (contar con cinco años), exceptuando los Clásicos, Leyes y Reglamentos. Deberán estar adecuadas a las **Normas Vancouver**.

Formato para solicitud de publicación

Naguanagua, xx de xxxxxx de 2016

Sres.:

Comité de Recepción y Aceptación de Manuscritos

Revista digital Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte

Presente.-

Por medio de la presente, envío a Ud. (s) el trabajo titulado: “_____” con el propósito de que sea sometido a la valoración arbitral para su publicación.

Así mismo, se hace constar que dicha autoría y coautoría del trabajo, tablas y cuadros, se realizaron según la participación: Concepción del trabajo, Recolección y/o obtención de los resultados, análisis de los datos, redacción y transcripción del artículo, otros, según la siguiente tabla:

Nombre	Participación	Firma

Este trabajo no ha sido publicado, ni sometido a arbitraje para su publicación por ningún medio electrónico o telemático. No se conoce de conflicto de intereses, y de haberlos, los autores y coautores están obligados a declararlo en el original junto a la fuente de financiamiento.

Así mismo se declara que el o los autores ceden los derechos de autor a la revista Atrio. Plataforma de realidades literarias en el deporte, y que ha sido redactado de acuerdo a lo descrito en la Guía para los Autores, la Guía para la Elaboración de Artículos y en el Formato para los Artículos.

Atentamente,

Firma
 Cédula
 Teléfono de Habitación
 Móvil:
 Dirección Electrónica