

Impacto transformador del deporte en la sociedad: igualdad de género, valores y bienestar social

RECIBIDO

18/02/2025

Transformative impact of sport on society: gender equality, values and social well-being

ACEPTADO

10/05/2025

Meylin Denisse Morales Rivera

Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua. Centro Universitario Regional de Estelí. UNAN-Managua/CUR-Estelí, Nicaragua

<https://orcid.org/0000-0002-9012-8555>

meylin.morales@unan.edu.ni

RESUMEN

La práctica deportiva es una actividad que por sí misma promueve valores con influencia en la sociedad, como es la responsabilidad, honestidad, empatía, solidaridad, equidad, igualdad, y compañerismo. Además, el practicarlo provee beneficios tanto físicos como psicológicos, importantes en la integración social y cultural para una sana convivencia. Por lo tanto, este escrito parte de la reflexión acerca de las ventajas de practicar un determinado deporte, ya que tiene un impacto significativo en las sociedades actuales y lo más importante que se valora como una actividad recreativa, pero también como un elemento fundamental en la adquisición de valores que permiten armonizar las relaciones sociales. La autora, desde su experiencia tanto como docente, instructora de deportes y ex atleta de alto rendimiento de fútbol, comparte su punto de vista sobre cómo influye e impacta la práctica deportiva en la formación de valores y la vida cotidiana de quienes practican un deporte.

PALABRAS CLAVE

Deporte; práctica deportiva; sociedad; valores; igualdad de género; bienestar.

ABSTRACT

The practice of sports is an activity that in itself promotes values that influence society, such as responsibility, honesty, empathy, solidarity, equity, equality, and companionship. In addition, practicing it provides both physical and psychological benefits, important in social and cultural integration for a healthy coexistence. Therefore, this paper is based on the reflection about the advantages of practicing a certain sport, since it has a significant impact in today's societies and the most important thing is that it is valued as a recreational activity, but also as a fundamental element in the acquisition of values that allow harmonizing social relations. The author, from her experience as a teacher, sports instructor and former high performance soccer athlete, shares her point of view on how the practice of sports influences and impacts the formation of values and the daily life of those who practice a sport.

KEYWORDS

Sport; sports practice; society; values; gender equality; social welfare.

INTRODUCCIÓN

Los deportes se han convertido actualmente en una forma de vida que adquiere relevancia en la sociedad. Y no es ajeno a que investigadores se interesen por conocer la influencia y el impacto que este tiene en quienes practican un deporte determinado. Esta práctica cada día adquiere especial atención en un mundo globalizado y dominado por la tecnología, lo que de alguna manera permite la cohesión e integración por parte de los seres humano a integrarse a practicar deportes de su preferencia (Águila Soto, 2015).

Las características actuales de la sociedad sin duda, está marcado indudablemente por los principales cambios históricos y sociales que sucedieron en el pasado y que dieron lugar a la sociedad moderna. Al respecto Águila Soto, (2015) plantea que, la sociedad es un agente que aporta a la concientización del ser humano, por tanto, se ha creado un punto de vista enfocado en las competencias y habilidades de las personas. También explica que los hechos históricos y creencias tradicionales hacen especular que en la práctica deportiva manan condiciones como la honestidad, la colaboración y el autocontrol.

Especialmente los deportes colectivos, pueden proporcionar situaciones formativas que favorezcan la igualdad, la tolerancia, la resolución de problemas en el seno del grupo y continúa argumentando: De hecho, se le reconoce su capacidad como elemento integrador de colectivos inmigrantes, como medio para enseñar responsabilidades a los jóvenes en riesgo, para la prevención y tratamiento de drogodependencias, recuperación social de barrios marginales o potenciador de diversas funciones en personas con discapacidad.

Los deportes que se practican en equipo es decir más de dos personas, podrían favorecer la enseñanza de valores puesto que motiva a generar igualdad, tolerancia, resolver problemas juntos. Por tanto, se da reconocimiento que el deporte es un agente integrador, conduce a los jóvenes a la responsabilidad, cambios en estilo de vida sobre todo en aquellos en situación de riesgo, mejora la vida cotidiana de los barrios con más dificultades e incluso a apoyar a personas con discapacidad en diferentes aspectos de su vida.

El deporte puede ser una fuente de desarrollo de actitudes y conductas democráticas, pero también fomentar conflictos, violencia, segregación social, intolerancia y exclusión. Y desde este punto de vista, si se desea defender el deporte como un elemento formativo y un medio para una socialización democrática efectiva, se debe atender los mensajes que los distintos agentes socializadores están volcando sobre los niños y niñas en edad escolar, precisamente por ser una etapa especialmente sensible en la formación del carácter y la identidad.

La práctica deportiva puede ayudar a la formación de actitudes positivas, pero también en algunos casos es posible que genere conflictos, violencia, discriminación, intolerancia y exclusión. Por eso, si se desea que el deporte tenga un carácter educativo y un instrumento de socialización entre quienes lo practican e incluso de quienes solo son fanáticos, entonces se debe prestar especial atención a los mensajes que les transmiten quienes los rodean.

Este ensayo tiene como objetivo principal brindar una perspectiva de la influencia e importancia que tiene la práctica deportiva y como influye de manera positiva y negativa, ya que se puede viciar por la búsqueda de lograr un estatus o lucha por mantener el poder.

DESARROLLO

Existen diferentes definiciones de deporte, Cagigal, (1975) lo define como: “Una recreación que transmite valores cuando es realizado con compromiso, actitud y condicionado a reglas, promoviendo la integración y con aspiraciones a la obtención de excelentes resultados”.

Coincidiendo con Cagigal (1975) el deporte es capaz de conseguir todo lo bueno y malo que adquiere una persona, capaz de elevar la autoestima y constituir con el bien común de la persona al mismo tiempo es formadora de valores como la responsabilidad, honestidad, tolerancia, igualdad, compañerismo y espíritu de superación, es un ente socializador, ayuda a derivar fronteras.

Es decir, el deporte es integrador capaz de desarrollarse en cualquier ámbito, ya sea profesional, lúdico y saludable. Es un ente socializador le ayuda a niños, jóvenes y adultos a desarrollarse en el entorno, propiciando un ambiente agradable.

De acuerdo con Westreicher (2020), la sociedad es un grupo de personas que conviven en un mismo lugar y están debidamente organizado. Estos individuos comparten ciertos aspectos como su economía, aspectos políticos, la cultura.

Otro ejemplo es que el deporte tradicional a lo largo de la historia ha venido transmitiéndose de generación en generación, a la vez han ido desapareciendo o sufriendo transformaciones en determinados deportes, pero la lucha por rescatarlos sigue. El gobierno de Nicaragua los ha incorporado en el sistema educativo, ya que son formadores de valores. Estos se ven incorporados en los diseños curriculares en asignaturas en busca del rescate de la tradición nicaragüense.

Esto demuestra que el deporte, es un fenómeno social único, tanto desde la consideración social como desde la personal, es posible reconocer nuevos conocimientos acerca del deporte, pero también acerca de la sociedad en la que existe, el deporte ha dado numerosos aportes en cuanto

a la actividad deportiva. Es posible incluso desarrollar nuevos conocimientos gracias al deporte (Cagigal, 1975).

Es importante destacar que el deporte influye de manera positiva en la sociedad, capaz de romper los estereotipos de género, las mujeres han demostrado ser fuertes, capaces y consientes de adaptarse a todo cambio tanto como los hombres, no sólo en lo físico sino también en lo estratégico. Por lo tanto, la influencia del deporte en la sociedad es de mucha importancia, ya que su práctica debe entenderse desde una perspectiva educativa, saludable y recreativa. Es decir, el enfoque es disciplinar como un actor social que ha venido evolucionando al largo de la historia el deporte, su influencia positiva y su función integradora tiene una mirada humanista, que busca su desarrollo sociocultural.

En cuanto a las funciones que debe tener un deportista, algunos autores reconocidos han analizado las funciones de la práctica deportiva, Bouet, (2012) menciona que el deporte cumple varias funciones en la sociedad tales como: trabajo (en el deporte profesional remunerado); como educación; como diversión u ocio. Uno de los ejemplos más puntuales al respecto esta, el campeonato de primera división de beisbol que se realiza en Nicaragua por aproximadamente 9 meses, participan 20 equipos de los diferentes departamentos del país, este evento es financiado por el gobierno con las alcaldías como administradoras, aquí se promueve la participación masiva con un objetivo directo de recreación para los ciudadanos, mientras que para quienes lo practican, es un oficio, su empleo que les genera ingresos.

La experiencia profesional adquirida me permite afirmar que la práctica deportiva, luego de muchas luchas por la igualdad y la integración al deporte, ha permitido, en muchas ocasiones, crear vínculos sociales y obtener el reconocimiento de la sociedad. En el contexto actual, el deporte contribuye de manera integral a la sociedad, como instrumento de aprendizaje durante toda la vida.

La interacción con otras personas es un momento de aprendizaje y de socialización. Casi siempre ocurren aún cuando estamos solos viendo en la televisión un programa, noticias o deportes, e inclusive cuando leemos un libro, estamos en ese momento recibiendo ideas, pensamientos o mensajes de otras personas. Igualmente el deporte es parte de este tipo de situaciones y son muchas las formas en como poder conectar con él, como espectadores, miembro de un equipo deportivo. Tertulias con amigos sobre partidos o en clases de educación física en el ambito escolar.

Águila Soto, (2015) expresa: por ser una actividad social incluye símbolos, valores y normas de comportamiento que lo diferencian de otras prácticas sociales. El hecho de tener diferencias no implica que haya una separación total del resto de la sociedad. Quiero decir que, aunque la práctica deportiva tiene sus características, siguen siendo parte del contexto social y no están fuera de él.

El deporte ha venido a desempeñar un papel importante en el control social debido a que, al ser recreativo, responde a las necesidades de la sociedad y contribuye a la formación integral de las personas. Se puede decir que el deporte es una actividad integradora (Velázquez Buendía, 2001).

La socialización a través del deporte es un proceso de aprendizaje significativo y duradero en la vida de las personas y les ayuda en los diferentes roles a desempeñar en la sociedad. Es probable que este proceso les brinde herramientas para desarrollar sus proyectos dentro del entorno social. Mediante la socialización, los seres humanos aprendemos reglas y rutinas que dominan nuestro entorno, tanto el más cercano como el más distante. Hoy en día esto es facilitado de alguna manera por el avance tecnológico.

Sin embargo, hay otros factores que están influyendo en la socialización, como amigos, compañeros y equipos deportivos. En el mundo actual que es cambiante trae consigo su complejidad, no es fácil precisar cuánto influye cada persona en la formación de la cultura deportiva. Por lo tanto, es importante reconocer el aporte de todos ellos.

Desde temprana edad, muchas personas se introducen en un ambiente social del deporte, esto les crea y transmite ciertos mensajes que les genera emociones y diferentes puntos de pensar. Esto les forma un carácter deportivo que luego influye en su personalidad y en la forma de entender el mundo que lo rodea. Águila (2015) menciona 4 etapas de socialización a través de la práctica deportiva.

Fase 1: Introducción en el campo deportivo: en este momento las personas tienen su primera relación con los valores culturales más comunes en la sociedad. Fase 2: Inicio en la cultura deportiva: comienzo del proceso de formación en el deporte dirigido por los valores culturales que predominan. Fase 3: El refuerzo de la cultura dominante: transmisión de los mismos mensajes por agentes deportivos que fomentan los valores culturales. Fase 4: La reproducción de la cultura dominante mediante la práctica deportiva.

El proceso de socialización desde la infancia da inicio con el deporte. Es la etapa en la cual los niños y niñas se integran a la práctica deportiva, es aquí donde reciben los primeros mensajes sobre competir, mejorar como atleta y persona, además de superarse. por lo tanto, si se les crea la idea de que solo el éxito es importante se promueve la rivalidad. Los primeros acercamientos al deporte se dan en entornos de clubes, medios de comunicación y en las clases Educación Física.

En la segunda fase los niños inician la construcción de una visión propia del deporte. Cuando lo practican, o lo ven practicar van creando o formando ideas que se vuelven normales hasta el punto de creer que es normal esos valores que predominan en entornos deportivos. Además, en una tercera fase, se refuerzan esos valores por entrenadores, padres y medios de comunicación que apoyan esas mismas ideas. En la fase cuatro las personas ya han adoptado estos valores como propios y los reproducen en su diario vivir en sus diferentes roles tales como: entrenadores, docentes, padres, espectadores y periodistas.

El deporte asume en diferentes instancias una función de control social al transformarse en una actividad recreativa. Este responde a las necesidades de la sociedad y aporta a la formación integral de las personas. Podemos decir que el deporte es una actividad que promueve la integración.

El deporte en la actualidad ha venido derribando barreras en cuanto a la aceptación social, muchos deportistas se encuentran desanimados debido a la falta de apoyo por parte de su núcleo familiar

o de los docentes. Muchas veces, el valor del deporte no se reconoce por falta de conocimiento, no se dan cuenta del beneficio que esta actividad genera. En algunas ocasiones no se reconoce por falta de conocimiento, lo que lleva a que niños y niñas sean castigados con prohibirles la práctica deportiva. En algunas ocasiones la cultura machista en donde sostiene que las mujeres no deben practicar un deporte. Ya que, la sociedad estereotipa a las mujeres y no concibe el hecho de ver una mujer deportista y la catalogan expresándose de ser lesbiana o que ya está vieja por realizar estas prácticas, que se dedique a su familia, que no ande de loca en juegos. Este tipo de obstáculo continúa siendo un desafío para lograr la igualdad de género en el deporte.

Como se sabe practicar un deporte tiene un impacto positivo en las personas y la sociedad, está comprobado que las personas que hacen ejercicios, que practican un deporte, tienen mayor calidad de vida que aquellas que llevan una vida sedentaria. Entre los principales beneficios de hacer ejercicio físico es la prevención de enfermedades como la hipertensión y la obesidad, que afectan también a niños y jóvenes (CIDE, 2019).

Los factores deportivos que influyen en la sociedad pueden variar, si la persona se mantiene en el deporte o deje de practicar, va a depender de diferentes aspectos como sus condiciones personales, el entorno en el que se rodea y su forma de ser.

Los beneficios con la práctica deportiva en la sociedad actual son evidentes. Un ejemplo de esto se observa en los deportes que promueve la UNAN Managua en el Centro Universitario Regional de Estelí. Algunos estudiantes se integran a la práctica deportiva ya sea deportes de combate o deportes colectivos. Los factores ambientales como la presencia de más compañeros para practicar deporte influyen positivamente. Otros se integran por salud: ya que el deporte promueve buenos hábitos alimenticios, en muchos casos por motivos educativos, ya que el deporte es clave en los ámbitos educativos, ya que el deporte promueve valores importantes como el respeto a las reglas, a mostrar control cuando se gana o pierde, la importancia del trabajo en equipo en el logro de objetivos favorece la socialización y mejora la comunicación para verificar, comprender y seguir instrucciones.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), realizar actividad física en edad adulta ayuda a disminuir el riesgo enfermedades tales como la hipertensión, problemas coronarios, accidentes cerebrovasculares, diabetes, cáncer de mama y de colon, depresión y caídas. Además, señala que el ejercicio mejora la salud en los huesos y es clave en el control del peso.

Los deportistas conocidos también inspiran a que las personas quieran obtener resultados a través de su esfuerzo y dedicación. En las redes sociales muchos deportistas comparten sus rutinas deportivas diariamente lo que genera conversaciones sobre sus actividades y eventos deportivos. El deporte es actualmente un tema común en lugares cotidianos como bares, transporte público o mientras hacemos fila en el supermercado.

El "deporte moderno" ha ido adaptando otros rasgos o características y significados. Como producto de sociedades industriales, se ha definido por varios aspectos entre ellos: 1) la racionalización y burocratización, que fijan o establecen metas, regulan las prácticas y organizan competencias; 2) la profesionalización del deporte; 3) su comercialización; 4) un fuerte enfoque competitivo, la búsqueda del éxito y la obtención de récords (Arias & Pujadas, 2016).

Además, de ser un fenómeno muy popular en todo el mundo, el deporte juega un papel clave en la socialización y transmite diversos valores. Es un instrumento con capacidad de unir las personas de diferentes culturas, edades y niveles económicos. Por esto, la industria del deporte debería reflexionar sobre como utiliza esta actividad y aprovechar las ventajas que ofrece para contribuir al desarrollo y bienestar de la sociedad (esan.edu.pe, 2018).

En la actualidad el deporte y sociedad han venido desarrollándose a través de la historia, éstos se han extendido tanto en sociedades industrializadas como en países en vías de desarrollo, constituyendo un elemento activo en los encuentros deportivos.

El sistema educativo nicaragüense está en la ruta de la búsqueda que el estudiante logre un aprendizaje significativo, duradero y de calidad preparándolo para la vida. En este sentido el sistema educativo en general está creando las condiciones, con el nuevo curriculum escolar. El deporte está al alcance de todos y todas, e incide en las personas de forma positiva y mejora nuestra calidad de vida.

La UNAN-Managua a través del Centro Universitario Regional de Estelí, promueve el deporte en disciplinas como: fútbol, baloncesto, voleibol, fútbol, taekwondo, judo, karate y ajedrez; en la rama masculina y femenina respectivamente con aproximadamente 200 atletas los que tienen participación a nivel universitario, federativos y otros tipos de competencias en los cuales se ha obtenido resultados satisfactorios a nivel nacional e internacional. Actualmente se atienden a estudiantes que deseen practicar cualquier deporte, además se le brindan los servicios de manera gratuita a la sociedad en general, esto con el programa de proyección social.

Es importante resaltar que la práctica deportiva no solo debe verse desde el punto de vista físico, sino como promotor de valores como la solidaridad, respeto, empatía, de igual manera promueve mejorar los hábitos alimenticios y mejora la salud mental de quienes practican un tipo de deporte.

Los atletas que participan en competencias a nivel nacional, como internacional experimentan emociones que exteriorizan como el orgullo y patriotismo si está representando la nación, emociones encontradas por estar lejos de su familia o por falta de confianza en sí mismos. Estos son temas de conversación con los deportistas del Centro, los cuales mencionaban que es difícil mantener su rendimiento académico y a la vez entrenar algún deporte, ya que tienen que lidiar con su carga académica y deportiva. Pero otros hacían referencia que, gracias al deporte, pudieron salir de sus adicciones, de sobreponerse a una pérdida de su núcleo familiar, motivados por el deporte.

La educación nicaragüense está avanzando y entendiendo que el deporte y sociedad van ligados de la mano, rompiendo barreras de igualdad de oportunidades, la exclusión de barreras para el aprendizaje y la aportación al aseguramiento de la participación de estos estudiantes en los contextos de la sociedad, de tal manera que el educando sea parte de las transformaciones de la educación y de las diferentes instituciones educativas que les permita tener la capacidad de brindar soluciones equitativa y de calidad a la diversidad.

Otra consideración importante es que, para que realmente sea una influencia el deporte en la sociedad los profesores e instructores de deporte, deben estar altamente comprometidos en esta

labor, conscientes de que su labor es educadora y formadora de valores, por esta razón logra el desarrollo integral de las personas, tanto físico, mental como social. Además de fomentar a las personas que todos somos iguales de tal forma que abogemos por un tratamiento justo, equitativo, solidario y el respeto a las opiniones de cada uno.

El deporte, es una práctica, que evoluciona junto a los cambios que surgen en la sociedad. De tal manera que docentes, entrenadores de diferentes disciplinas deportivas e instructores de Educación Física deben tener una visión integral en sus procesos de enseñanza con sus atletas o estudiantes.

En base a la experiencia como entrenadora y profesora de Educación Física y Deportes se ha identificado los siguientes desafíos:

1. Preparación a conciencia con el debido respeto y el compromiso de brindar igualdad de oportunidades sin importar la discapacidad, raza y grupos sociales con orientaciones e intereses diversos.
2. Reconocer e interiorizar la inclusión como un derecho de las personas de la diversidad, permitiendo su integración a las diferentes actividades de la vida académica.
3. Entender y comprender que lo que ha dado origen a la discapacidad han sido aspectos de orden social, cultural y las propias limitaciones que imponemos para marginar y rechazar las necesidades de las personas de acceda a una educación de igualdad.
4. Aceptar que estudiantes con discapacidad, de diferentes razas y grupos sociales con orientaciones e intereses diversos pueden ser útiles a la sociedad a través de la inclusión en los procesos educativos y que esta constituye una forma de vida que seguramente estará presente en la consolidación de sus derechos.
5. Aprender de nuevas técnicas y estrategias didácticas más adecuadas para la atención a la diversidad.

CONCLUSIONES

El deporte es un medio poderoso para promover valores democráticos, y es clave que todos los agentes involucrados en la práctica deportiva asuman una responsabilidad con compromiso en este proceso.

Es importante resaltar que tanto la sociedad, que incluye a padres, entrenadores deportivos y docentes juegan un papel clave y activo en la formación de niños y adolescentes. Por lo tanto deben guiarlo hacia un aprendizaje en valores a través del deporte. Motivar a jóvenes a practicar cualquier deporte de su preferencia, ya que es una forma efectiva de promoverles principios educativos esenciales.

El profesor o entrenador tiene la responsabilidad de fomentar continuamente la motivación, el entusiasmo y la diversión, tomando en cuenta los intereses de los principales protagonistas: estudiante o atletas. Esto seguramente generará una experiencia enriquecedora que favorece su crecimiento integral.

En el contexto el deporte contribuye de manera integral a la sociedad, siendo un proceso de aprendizaje que dura toda la vida. A través de la socialización, las personas aprenden las normas y valores culturales predominantes, tanto en su entorno más cercano como en el más distante, lo que hoy es más accesible por la tecnología en la que se está inmerso.

Practicar un deporte tiene un impacto positivo en la sociedad, ha roto estereotipos de género, ahora las mujeres pueden integrarse a los deportes de su preferencia, ellas demuestran cada día tener capacidades de adaptación, logrando excelentes resultados igual que los hombres.

BIBLIOGRAFÍA

- Águila Soto, C. (2015). *Del deporte a la sociedad sobre valores y desarrollo del ser humano*. Universidad de Almería.
- Arias, R., & Pujadas, X. (2016). "Deporte y sociedad. *Historia Crítica*(61), 13-21. doi: dx.doi.org/10.7440/histcrit61.2016.01
- Berrios, M. (1965). *Juegos Nicaraguenses de ayer y de hoy*. Leon Hospicio: Hospicio.
- Bouet, M. (2012). Bases de la iniciación polideportiva <http://www.kirolzerbitzua.net/adminkirolak/eskolakirola/docseskolakirola/Bases%20de%20la%20Iniciaci%C3%B3n%20Polideportiva.pdf>.
- Cagigal, J. M. (1975). *El Deporte y la sociedad actual*. España: Magisterio Español.
- CIDE. (2019). Obtenido de <https://ebone.es/catedra/importancia-deporte-sociedad/>
- esan.edu.pe. (2018). El papel del deporte en el bienestar social. Obtenido de: <https://www.esan.edu.pe/conexion-esan/el-papel-del-deporte-en-el-bienestar-social>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Directrices sobre actividad física y hábitos sedentarios . Obtenido de <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/336657/9789240015111-eng.pdf>
- Velázquez Buendía, R. (2001). Deporte, institución escolar y educación. *EFDeportes* (41) Obtenido de <http://www.efdeportes.com>
- Westreicher, G. (2020). *Sociedad*. Obtenido de Sociedad : <https://economipedia.com/definiciones/sociedad.html>