



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

**Sede Atlántica**

**Licenciatura en Educación Física y Deporte**

**"Representaciones Sociales de Adultos del CAPS Don Zatti sobre la  
Influencia del Sedentarismo Parental en la Actividad Física de sus Hijos."**

**PROFESORES:** Fernando Marrón

Martín Migliano

Alumno: MORA, Luis

Año: 2025

## INDICE

Resumen .....	4
Palabras Claves.....	6
<b>CAPITULO I</b> .....	7
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	7
Problema de Investigación.....	8
Preguntas de Investigación.....	8
Estado del Arte.....	9
Justificación.....	12
Objetivo General.....	14
Objetivos Específicos .....	14
<b>CAPITULO II</b> .....	15
MARCO TEÓRICO .....	15
El Concepto de Representaciones Sociales .....	16
Las representaciones sociales y su espacio .....	18
Características de las Representaciones Sociales.....	23
La Construcción de una Representación Social .....	25
Funcionamiento de las representaciones sociales .....	27
Procesos de las Representaciones Sociales .....	29
Los Estudios en Representaciones Sociales en la Actualidad .....	35
Matrices del Aprendizaje.....	38
Importancia del Apoyo Parental.....	42
El Papel de los Padres, Comportamiento y Actitudes.....	46
Actividad Física .....	48
Beneficios de la Actividad Física.....	51
Sedentarismo.....	52
Consecuencias.....	53
Factores que Promueven el Sedentarismo .....	54
<b>CAPÍTULO III</b> .....	56
DISEÑO METODOLÓGICO .....	56
Tipo de Estudio.....	57
Población y Muestra .....	58

Técnicas e instrumentos de Recolección de datos .....	58
Cronograma de actividades .....	60
<b>CAPITULO IV</b> .....	<b>61</b>
ANÁLISIS Y PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS .....	61
BIBLIOGRAFÍA (Lista Corregida y Alfabetizada).....	68
ANEXO .....	70
MATRIZ DE DATOS CUALITATIVOS.....	109

## IDENTIFICACIÓN DEL PROYECTO

### **Título:**

**"Representaciones Sociales de Adultos del CAPS Don Zatti sobre la Influencia del Sedentarismo Parental en la Actividad Física de sus Hijos."**

### **Resumen**

La presente investigación pretende determinar las representaciones sociales que mantienen los adultos que concurren al Centro de Salud del barrio Zatti de la ciudad de Viedma RN. En relación a si influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividades físicas de los hijos en la franja etaria que abarca de los 6 años a 12 años.

Ante lo expuesto se considera que lo más operativo para dar alcance a lo que se plantea en el trabajo es el diseño de Investigación Cualitativa, el cual permitiría conocer, comprender e interpretar las significaciones y percepciones que los propios sujetos atribuyen en la realidad al tema planteado.

El tipo de estudio seleccionado fue el explicativo. Puesto que lo esencial es conocer si influye o no el sedentarismo de los padres en la realización de actividad física de sus hijos, entonces más que conocer las características del sedentarismo es poder determinar las representaciones sociales que expresan los sujetos.

La población con la que se realizó la presente investigación fueron adultos que concurren al Centro de Salud del barrio Zatti de la ciudad de Viedma RN, con el fin de efectuar el control sanitario de sus hijos que están finalizando los estudios de nivel primario.

Se implementó la técnica de recolección de datos Entrevista Semiestructurada para la obtención de información concreta.

El instrumento elegido para recoger y almacenar la información fue el Guión de Entrevista, el cual brindó la posibilidad de interactuar con el otro, de conocer su visión y opinión, detectando la valoración y significación respecto al tema convocante.

## Palabras Claves

*Representaciones Sociales; Sedentarismo; Progenitores; Actividad Física; Hijos.*

# **CAPITULO I**

## **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

## **Problema de Investigación.**

**"Representaciones Sociales de Adultos del CAPS Don Zatti sobre la Influencia del Sedentarismo Parental en la Actividad Física de sus Hijos."**

## **Preguntas de Investigación.**

¿Se visibiliza relación entre el nivel de sedentarismo de los progenitores y el nivel de actividad física de los hijos?

¿Qué papel juega el apoyo parental en la promoción de la actividad física en los hijos?

¿Qué impacto tiene la figura de los padres en la adopción de hábitos de actividad física en los hijos?

¿Cómo podría el entorno escolar o comunitario influir en la relación entre el sedentarismo de los progenitores y la actividad física de los hijos?

## Estado del Arte

### Ficha N° 1

<b>Nombre</b>	Relación entre actividad física infantil y apoyo percibido: estudio de casos
<b>Autor/es</b>	Sanz-Martín, D. (2020)
<b>Institución ejecutora</b>	Generalitat de Catalunya Departament de la Presidència Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya
<b>Editorial y año publicación</b>	INEFC- 1 de enero de 2020
<b>Contenidos:</b>	<p>El presente estudio pretendió conocer los niveles de actividad física, de apoyo de familiares y amigos para la práctica y las relaciones entre la actividad y el apoyo, en función del género y el curso de los escolares. Participaron 81 varones y 73 mujeres que cursaban de 3º a 6º curso de educación primaria, con edades entre los 8 y los 13 años (M=9.82, DE=1.35). Se llevó a cabo un estudio de caso de tipo epidemiológico conductual, y se administraron los instrumentos: Parent Support Scale, Peer Support Scale y Physical Activity Questionnaire for Older Children. Los varones realizaron más actividad física (<math>p &lt; .001</math>) y percibieron más apoyo que las mujeres, siendo también superiores las del alumnado de 3º respecto a 6º curso. Existía relación entre la actividad física de las chicas y el apoyo familiar (<math>p &lt; .001</math>) y entre el apoyo de amigos y la actividad física en función de todas las categorías de las variables independientes (<math>p &lt; .05</math>). En conclusión, los varones y los alumnos de 3er curso realizaron más actividad física y percibían más apoyo que las chicas y que los alumnos de 6º curso, respectivamente, y el apoyo de los amigos estuvo más relacionado con la actividad física que el de los familiares.</p>
<b>Palabras claves</b>	Apoyo de amigos, apoyo familiar, apoyo social, educación primaria, escolares, niveles de A. F
<b>Link</b>	<a href="https://revista-apunts.com/wp-content/uploads/2020/06/19-26-139-CAST.pdf">https://revista-apunts.com/wp-content/uploads/2020/06/19-26-139-CAST.pdf</a>

Ficha N° 2

<b>Nombre</b>	<b><i>Ambiente familiar, actividad física y sedentarismo en preadolescentes con obesidad infantil: estudio de casos y controles de ANOBAS</i></b>
<b>Autor/es</b>	Miriam blanco <sup>1</sup> , Óscar L Veiga <sup>2</sup> , Ana R Sepúlveda <sup>3</sup> , Rocío Izquierdo-Gómez <sup>4</sup> , Francisco J Román <sup>3</sup> , Sara López <sup>5</sup> , marta rojo <sup>3</sup>
<b>Año/s de realización</b>	2018
<b>Institución ejecutora</b>	Publicado por Elsevier España
<b>Editorial y año publicación</b>	<b><i>Epub 2019, 18 de marzo</i></b>
<b>Contenidos</b>	<p><b>Objetivo:</b> El objetivo de este estudio es comparar los niveles de actividad física y conductas sedentarias en niños con obesidad y normopeso a través de medidas de acelerómetro, y analizar el entorno familiar relacionado con la actividad física.</p> <p><b>Resultados:</b> El grupo GO mostró una actividad física menos vigorosa que sus pares del grupo GN. La actividad física vigorosa en el grupo GO se asoció con el modelado y las políticas de los padres con respecto a la actividad física. Un análisis de regresión múltiple reveló que el sexo, la actividad física vigorosa y el índice de masa corporal de la madre explicaban el 21% de la variación del peso de los niños.</p>
<b>Palabras claves</b>	Acclerómetros; Acclerometría; Actividad física; Ambiente obesogénico; Estudio de casos y controles; Caso-control; Obesidad infantil; Modelado; Obesidad infantil; Ambiente obesogénico; modelado de los padres; Actividad física.
<b>Link</b>	<a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30898477/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30898477/</a>

<b>Nombre</b>	<i>El ejercicio como medicina en enfermedades crónicas durante la infancia y la adolescencia</i>
<b>Autor/es</b>	Julio Álvarez-Pitti 1, José A Casajús Mallén 2, Rosaura Leis Trabazo 3, Alejandro Lucía 4, Diego López de Lara 5, Luis A Moreno Aznar 6, Gerardo Rodríguez Martínez 7
<b>Institución ejecutora</b>	El Comité de Promoción de la Salud de la Asociación Española de Pediatría
<b>Editorial y año publicación</b>	Epub 2020 13 de febrero.
<b>Contenidos:</b>	La actividad física (AF) y el ejercicio mejoran la calidad de vida en general, así como previenen la aparición de enfermedades en niños y adolescentes sanos, y como ayuda para el tratamiento de enfermedades crónicas prevalentes en la infancia. La actividad física y el ejercicio son como la medicina, pero el sedentarismo y la inactividad causan enfermedades. En este artículo se revisa la evidencia científica existente en este campo y se actualizan las recomendaciones para los profesionales implicados en la salud infantil. Es necesario un buen conocimiento de cómo prescribir ejercicio y AF en pediatría en diferentes enfermedades. Las intervenciones para evitar la inactividad de niños y adolescentes deben estar apoyadas en el incremento adecuado del nivel de AF, mediante programas de integración y entrenamiento, que consigan tanto una mejora global de la condición física neuromuscular como física, cognitiva, y desempeño psicosocial. El Comité de Promoción de la Salud de la Asociación Española de Pediatría propone estrategias que ayuden a conseguir este objetivo, encaminadas a mejorar la salud de nuestros pacientes a través de la práctica de ejercicio y el aumento de la AF.
<b>Palabras claves</b>	Actividad física; Ejercicio como tratamiento; ejercicio físico; Ejercicio; terapia de ejercicio; Salud; Pediatría; pediatría; Actividad física; Salud.
<b>Link</b>	<a href="https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32061527/">https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32061527/</a>

## Justificación

El sedentarismo infantil: una epidemia en aumento

El sedentarismo infantil es un problema creciente en casi todo el mundo y por eso mismo se le cataloga como una epidemia. Esta situación obedece a múltiples factores y también es un potencial detonador de problemas de salud a futuro.

En un informe reciente la Organización Mundial de la Salud señaló que alrededor del 70 % de los niños y hasta el 88 % de las niñas menores de 10 años no realizan la actividad física diaria que resulta apropiada para su edad. Esto quiere decir que el sedentarismo infantil afecta a un promedio del 79 % de los niños.

La actividad física juega un papel fundamental para la salud en todas las edades de la vida. Sin embargo, durante la niñez constituye un factor esencial para un desarrollo normal. Por esa razón hay una gran preocupación en el sector salud frente al paulatino aumento del sedentarismo infantil.

No es exagerado afirmar que el sedentarismo infantil puede arruinarle por completo la vida a una persona. Si no se desarrollan las habilidades físicas e intelectuales acordes con un crecimiento normal se está construyendo una vida con importantes limitaciones. Si además aparecen los problemas de sobrepeso u obesidad hay grave riesgo de enfermedades crónicas.

Es fundamental que los adultos les proporcionen oportunidades de actividad física a los niños. En esto juegan un papel esencial tanto los padres como los primeros maestros o encargados del cuidado. El sedentarismo se combate con cambios en el estilo de vida.

De forma natural los niños se sienten inclinados a realizar actividades físicas y los primeros años son cruciales en esto. Se requiere de mayor compromiso por parte de los adultos para apoyar a los pequeños en su deseo de explorar el mundo moviéndose, jugando con otros niños y compentrándose con la naturaleza.

La investigación planteada contribuirá a resignificar las representaciones que poseen los adultos respecto a las posibilidades que generan u ofrecen en la cotidianidad de sus niñas/niños respecto a las actividades físicas que podrían llevar adelante los mismos.

Asimismo, los resultados del estudio ayudarán a crear una mayor conciencia de detectar aquellos factores modificables de manera temprana, permitirá ejecutar una intervención directa, ya sea para prevenir o tratar las dificultades que generan la inactividad física

## Objetivo General

Determinar las Representaciones Sociales de Adultos del CAPS Don Zatti sobre la Influencia del Sedentarismo Parental en la Actividad Física de sus Hijos.

## Objetivos Específicos

- Identificar los posibles factores por la cual los progenitores sedentarios podrían contribuir en la ausencia de actividad física de sus hijos.
- Describir las representaciones sociales de los sujetos acerca del Sedentarismo y Actividad Física.
- Evaluar la relación entre el sedentarismo de los progenitores y la Actividad Física de los hijos.
- Analizar el papel de los padres como modelos de comportamiento
- Relacionar la influencia del entorno social y comunitario en la actividad física de los hijos.

# CAPITULO II

## MARCO TEÓRICO

## **El Concepto de Representaciones Sociales**

El concepto de representaciones sociales, según Ibáñez (1988) citado por Banchs (1991), señala que su complejidad es la articulación de diversas características que difícilmente se pueden integrar en una sola unidad, sin dejar flexibilidad en sus interconexiones.

En este sentido dicho concepto relaciona varios aspectos que acercan a la comprensión de la realidad de las otras personas, como la experiencia personal, el sistema cultural en el que se desenvuelven, la sociedad y el grupo social con el que se relacionan. Jodelet (1993); considera que la noción de representación social involucra lo psicológico o cognitivo y lo social, fundamentando que el conocimiento se constituye a partir de las experiencias propias de cada persona y de las informaciones y modelos de pensamiento que recibimos a través de la sociedad.

Vistas desde este ángulo, las representaciones sociales surgen como un proceso de elaboración mental e individual en el que se toma en cuenta la historia de la persona, su experiencia y construcciones personales propiamente cognitivas (Banch 1991).

Al respecto, Álvarez (1995), señala que las representaciones sociales articulan campos de significaciones múltiples, y que son heterogéneas. Llevan las trazas de los diferentes lugares de determinación, pueden articular elementos que provienen de diferentes fuentes que van desde la experiencia vivida hasta la ideología reinante. Son una forma de conocimiento que tiene un carácter colectivo e individual, esto coloca a las representaciones en dos universos teóricos relacionados con las determinaciones sociales y con la conceptualización.

Es importante mencionar que la aprehensión de la realidad se construye a partir de la propia experiencia de las personas, pero a la vez de la interacción que establece con otras, por lo que

puede decirse que el conocimiento que se adquiere en este proceso es construido y compartido socialmente. En esta afirmación encontramos que en la persona influye lo que la sociedad le transmite a través del conocimiento elaborado colectivamente y que esto incide en como se explica la realidad y como actúa.

Jodelet, coincide con esta idea cuando define las representaciones sociales como: "Una forma de conocimiento socialmente elaborado y compartido, orientado hacia la práctica y que concurre a la construcción de una realidad común a un conjunto social" (1989). Lo social se puede interpretar de varias maneras, por medio del contexto concreto en que se sitúan las personas, por la comunicación que se establece entre ellas, y por los marcos de aprehensión de valores, culturas, códigos e ideologías relacionadas con el contexto social en que se encuentran inmersas (Banchs 1991).

Vistas de esta forma, las representaciones sociales se relacionan directa y exclusivamente con el sentido común de las personas, debido a que parte de la propia realidad de los seres humanos. Asimismo, son un producto social y, por lo tanto, el conocimiento generado es compartido colectivamente.

Yáñez, citado por Banch (1991), concuerda con esta apreciación puesto que considera que aparte de las realidades estrictamente personales, existen realidades sociales que corresponden a formas de interpretación del mundo, compartidas por todos los miembros de un grupo en un contexto dado.

La realidad social es una realidad construida y en permanente proceso de construcción y reconstrucción. En este proceso, que podría decirse que es a la vez cultural, cognitivo y afectivo, entra en juego la cultura general de la sociedad, pero también la cultura específica en la cual se

insertan las personas, las que en el momento de la construcción de las representaciones sociales se combinan.

Esto nos indica que toda persona forma parte de una sociedad, con una historia y un bagaje cultural, pero a la vez pertenece a una parcela de la sociedad en donde comparte con otras ideologías, normas, valores e intereses comunes que de alguna manera los distingue como grupo de otros sectores sociales. (Banchs 1991).

Desde otro punto de vista, las representaciones sociales se gestan en la vida cotidiana y el conocimiento que se obtiene por medio de éstas, se refiere a los temas de conversación cotidianos de los seres humanos.

No representan simplemente opiniones "acerca de", "imágenes de" o "actitudes hacia", sino teorías o ramas del conocimiento para el descubrimiento y organización de la realidad. Son un sistema de valores, ideas y prácticas con una doble función: primero, establecer un orden que permita a los individuos orientarse ellos mismos y manejar su mundo material y social y segundo: permitir que tenga lugar la comunicación entre los miembros de una comunidad, proyectándoles un código para nombrar y clasificar los aspectos de su mundo y de su historia individual y grupal (Banchs 1982)

### **Las representaciones sociales y su espacio**

La representación puede ser considerada, en sentido amplio, como un modo de organizar nuestro conocimiento de la realidad, que está construida socialmente. Este conocimiento se elabora a partir de nuestros propios códigos de interpretación, culturalmente marcados, y en este sentido constituye en sí un fenómeno social. Desde este punto de vista, el proceso de representación introduce un carácter de diferenciación en las lógicas sociales y en los rasgos individuales. Da

lugar a una reconstrucción de la realidad, integrando de manera específica la dimensión psicológica y la dimensión social.

Admitir la hipótesis de un pensamiento social, implica no solamente la asunción de un pensamiento que es colectivo o comúnmente compartido, cosa que bien podría sostenerse desde los trabajos de la cognición social, implica sobre todo admitir que ese pensamiento es socialmente constituido en su forma, su contenido y su evolución.

Por ello, las representaciones sociales designan una forma de conocimiento específico, que es el saber de sentido común, en el que los contenidos remiten a procesos generativos y funcionales, y designan una forma de pensamiento social (Vala, 1986; citado por Elejabarrieta, 1991).

Analizar el conocimiento social conduce a un planteamiento en el que lo social no puede ser un hecho estático dado, como pretenda Durkheim con las representaciones colectivas, ni los individuos están constituidos por mecanismos compartidos de distorsión perceptual de la realidad como propugnaría la cognición social.

Al contrario de cualquier planteamiento cognitivo estricto, las representaciones sociales no pueden situarse en la cabeza de los sujetos que aprehenden colectivamente el mundo social, se encuentran, en el continuo e incesante intercambio entre individuos que explica la vida cotidiana, que permite conocer y comunicar. Son por tanto, un medio entre los individuos y entre los sujetos y los objetos.

De esta manera, no puede desligarse el carácter simbólico de las representaciones sociales, porque entonces las reduciríamos a unas estructuras cognitivas más, y al mismo tiempo, tampoco

puede olvidarse su carácter cognitivo, porque desestimaríamos la adquisición de conocimientos que suponen.

En este campo de investigación que se haya en plena evolución, se obtienen resultados cuyo carácter convergente contribuye a esclarecer, en diversas relaciones, los fenómenos representativos. Estos resultados pueden alinearse dentro de un modelo teórico que desarrolle el concepto de representación social, la cual ha sido objeto de diversas definiciones a mencionar: Piaget (1926) (Citado en Fischer, Gustave-Nicolás, "Psicología Social. Conceptos fundamentales". Editorial Narcea S.A., Madrid, España, 1990)

Bien de una evocación de objetos en su ausencia o bien, cuando acompaña a la percepción en su presencia, de completar los conocimientos perceptivos, refiriéndose a otros objetos no percibidos actualmente. Aunque la representación prolonga en un sentido la percepción, introduce un elemento nuevo que le es irreductible: un sistema de significaciones que incluyen una diferenciación entre el significante y el significado"

Para este autor, la representación se reduce directamente a la imagen mental. Moscovici (1961) es:

"Un sistema de valores, de nociones y de prácticas relativas a objetos, aspectos o dimensiones del medio social, que permite, no solamente la estabilización del marco de vida individuos y los grupos, sino que constituye también un instrumento de orientación de la percepción de situaciones y de la elaboración de respuestas"

Según Herzlich (1969) (En Fisher 1990)

A partir de un estudio sobre la representación social de la salud y la enfermedad, este autor la define como un proceso de construcción de lo real.

"El acento puesto sobre la noción de representación tiende a reintroducir el estudio de los modos de conocimiento y de los procesos simbólicos, en su relación con las conductas"  
Según Jodelet (1984)

"El concepto de representación social designa una forma de conocimiento específica, el saber del sentido común, cuyos contenidos manifiestan la operación de procesos generativos y funcionales socialmente marcados. En sentido más amplio designa una forma de pensamiento social.

Las representaciones sociales son modalidades de pensamiento práctico, orientadas hacia la comunicación, la comprensión y el dominio del entorno social, material e ideal. En cuanto tales, presentan caracteres específicos en los planos de organización de contenidos, así como de las operaciones mentales y de la lógica. La marca social de los contenidos o de los procesos de representación ha de referirse a las condiciones y a los contextos en los cuales surgen las representaciones, a las comunicaciones por las que circulan, a las funciones que sirven en la interacción con el mundo y con los demás"

En esta definición, los aspectos más importantes se remiten a la concepción de sistemas de pensamiento que nos relacionan con el mundo y con los demás, a los procesos que permiten interpretar y reconstruir significativamente la realidad, a los fenómenos cognitivos que aportan direcciones afectivas, normativas y prácticas y organizan la comunicación social, y finalmente, dotan a los sujetos de la particularidad simbólica que le es propia en los grupos sociales. En este último sentido, las representaciones sociales constituyen una forma de expresión que refleja identidades individuales y sociales.

Fisher (1990), propone la siguiente definición:

"La representación social, es un proceso de elaboración perceptiva y mental de la realidad que transforma los objetos sociales (personas, contextos, situaciones) en categorías simbólicas (valores, creencias, ideologías) y les confiere un estatuto cognitivo que permite captar los aspectos de la vida ordinaria mediante un reenmarque de nuestras propias conductas en el interior de las interacciones sociales"

Principales Aspectos A Considerar En La Noción De Representación Social

“Conceptualizar las representaciones sociales, quiere decir que están siempre referidas a un objeto. No hay representación en abstracto. La representación para ser social, siempre es representación de algo.

“Las representaciones sociales mantienen una relación de simbolización e interpretación con los objetos. Resultan por tanto de una actividad constructora de la realidad (simbolización) y también de una actividad expresiva (interpretación).

“Las representaciones sociales adquieren forma de modelos que se superponen a los objetos, los hace visibles y legibles, e implican elementos lingüísticos, conductuales o materiales. Tiene un carácter de imagen y la propiedad de poder intercambiar lo sensible y la idea, la percepción y el concepto.

“Las representaciones sociales son una forma de conocimiento práctico, que conducen a preguntarse por los marcos sociales de su génesis y por su función social en la relación con los otros en la vida cotidiana. “Tiene un carácter constructivo. “Tiene un carácter autónomo y creativo.

## Características de las Representaciones Sociales

Características generales de la Representación Social, que corresponden tanto a su estructuración, como a su contenido.

A nivel de estructuración

1) En tanto que proceso, la representación es, en primer término, la transformación de una realidad social en un objeto mental. Desde este punto de vista, no es jamás un simple calco, no restituye en su integridad los datos materiales, sino que los selecciona y los distorsiona, en función del puesto que ocupan los individuos en una determinada situación social y de las relaciones que mantienen con los demás.

2) La representación es asimismo un proceso relacional. Es una elaboración mental que se desarrolla en función de la situación de una persona, de un grupo de una institución de una categoría social, en relación con la de otra persona, grupo o categoría social. Es por tanto un mediador de la comunicación social, en la medida en la que ésta se apoya sobre los objetos sociales así transformados, para inscribirlos en el sistema social como elementos de intercambio.

3) Se trata también de un proceso de remodelado de la realidad, en cuanto tiene como finalidad la de producir informaciones significativas. No es ya, pues, la adecuación a lo real la razón principal, aun cuando se la busque, sino la recreación de la realidad. La representación aparece así como una elaboración dinámica: está inacabada y al mismo tiempo está producida por el individuo o el grupo que la enuncia. a este nivel se presenta como una nueva captación y una interiorización de los modelos culturales y de las ideologías dominantes que actúan en una sociedad.

4) La transformación operada por las representaciones se manifiesta como un trabajo de naturalización de la realidad social, ya que interpreta los elementos sociales sesgándolos. En estas condiciones puede aparecer como el inventario de un conjunto de evidencias. La representación se impone, a fin de cuentas, como un "dato perceptivo" (Herzlich). Funciona como una reducción elaborada de la realidad, que tiene como fin efectuar de ella una presentación revisada y corregida, aligerando el carácter ambiguo. La evidencia hace de la realidad una cosa simple; refiere la representación a un modelo implícito de funcionamiento mental, que se supone lógico, es decir, racional y en consecuencia no parasitado por elementos no posibles de dominar.

A nivel de contenido

1) El contenido de la representación es en primer lugar cognitivo, se trata de un conjunto de informaciones, relativas a un objeto social, que pueden ser más o menos variadas, más o menos estereotipadas, más o menos ricas.

2) Luego, el contenido de la representación viene marcado por su carácter significativo: está definida por una relación figura/sentido que expresa una correspondencia entre estos dos polos. Así, las significaciones pasan por imágenes y estas imágenes producen significaciones. En una representación, el carácter significativo nunca es independiente de su carácter figurativo (Moscovici, 1969).

3) Finalmente, la representación tiene un contenido simbólico directamente relacionado con el aspecto precedente. El símbolo constituye un elemento de la representación, en la medida en que, por una parte, el objeto presente designa lo que está ausente de nuestras percepciones inmediatas y, por otra, lo que está ausente adquiere significación apoyándose sobre él y confiriéndole cualidades que le dan sentido. Desde este punto de vista, el contenido simbólico de

las representaciones se refiere a la estructura imaginaria de los individuos y constituye uno de sus modos de expresión en que la realidad, según la interpretación psicoanalítica, es construida por los deseos, las expectativas y los sentimientos que proyectamos sobre ella.

### **La Construcción de una Representación Social**

Según Denisse Jodelet, el paso dado, en los últimos años es el que va de un concepto a una teoría de las representaciones sociales; y a medida que esta se precisa, se desarrollan los conocimientos y se cristaliza un campo de investigación, en cuyo interior se delimitan áreas específicas y se esbozan ópticas diferentes.

Estas ópticas o enfoques apuntan a formular diversas maneras de cómo elaborar la construcción psicológica y social que es una representación social:

1) Un primer enfoque se limita a la actividad puramente cognitiva a través de la cual el sujeto construye su representación. La representación presenta dos dimensiones:

“Dimensión de contexto: el sujeto se halla en situación de interacción social o ante un estímulo social y la representación aparece entonces como un caso de la cognición social; tal como es abordada por la psicología social.

“Dimensión de pertenencia: siendo el sujeto un sujeto social, hace intervenir en su elaboración ideas, valores y modelos provenientes de su grupo de pertenencia o ideologías transmitidas dentro de la sociedad.

2) Un segundo enfoque pone el acento sobre los aspectos significantes de la actividad representativa. Se considera que el sujeto es productor de sentido, que expresa en su representación el sentido que da a su experiencia en el mundo social. El carácter social de representación se

desprende de la utilización de sistemas de codificación e interpretación proporcionados por la sociedad o de la proyección de valores y aspiraciones sociales. En tal sentido, la representación también es considerada la expresión de una sociedad determinada.

Cuando es propia de sujetos que comparten una misma condición social o una misma experiencia social, la representación frecuentemente se relaciona con una dinámica que hace que intervenga lo imaginario. Situada en el cruce de las coacciones sociales que pesan sobre el individuo y de los deseos o carencias que hacen eco de ellas, la representación expresa y permite trascender sus contradicciones (C.Herzlich, 1969; M.J.Chombart de Lauwe, 1971, 1976; R.Kaes, 1968, 1976).

3) Una tercera corriente trata la representación como una forma de discurso y desprende sus características de la práctica discursiva de sujetos situados en la sociedad. Sus propiedades sociales provienen de la situación de comunicación, de la pertenencia social de los sujetos que hablan y de la finalidad de su discurso (E.Lipiansky, 1979; U. Windisch, 1978,1982).

4) En esta óptica es la práctica social del sujeto la que es tomada en consideración. Actor social inscrito en una posición o lugar social, el sujeto produce una representación que refleja las normas institucionales derivadas de su posición o las ideologías relacionadas con el lugar que ocupa (M.Gilly, 1980; M. Plon, 1972).

5) Para este enfoque, el juego de las relaciones intergrupales determina la dinámica de las representaciones. El desarrollo de las interacciones entre los grupos modifica las representaciones que los miembros tienen de si mismos, de su grupo, de los otros grupos y de sus miembros. Moviliza una actividad representativa destinada a regular, anticipar y justificar las relaciones sociales establecidas (J.P. Di Giacomo, 1980; W. Doise, 1972, 1979).

6) Una última perspectiva, más sociologizante y que hace del sujeto el portador de determinaciones sociales, basa la actividad representativa en la reproducción de los esquemas de pensamiento socialmente establecidos, de visiones estructuradas por ideologías dominantes o en el redoblamiento analógico de relaciones sociales (L. Boltanski, 1971; P. Bourdieu, 1980; J. Maitre, 1975; P. Robert y C. Faugeron, 1978).

### **Funcionamiento de las representaciones sociales**

Las representaciones sociales se caracterizan por ser elaboradas mediante el discurso y la comunicación que permite una distribución colectiva de los conocimientos.

Entenderemos como representación social a "los procesos que permiten la elaboración y el funcionamiento de una estructura de conocimiento con forma singular y que son característicos de la construcción del conocimiento social" (J.F. Morales, 1997).

Los procesos de las representaciones sociales son procesos de carácter sociocognitivo en que las regulaciones sociales son inherentes al funcionamiento cognitivo de las personas.

Funciones de las representaciones sociales:

Jodelet, manifiesta que las representaciones sociales cumplen ciertas funciones sociales, por ejemplo:

" El mantenimiento de la identidad social; " El equilibrio sociocognitivo"; " Orientación de conductas y comunicaciones"; " Justificación anticipada o retrospectiva de las interacciones sociales".

Por otro lado, los autores como Moscovici, Abrie y Doise (citados por Silva, 1991), atribuyen a las representaciones sociales un papel fundamental en la dinámica de las relaciones. Y en la práctica responde a cuatro funciones esenciales:

1) De conocimiento o saber:

Las representaciones permiten comprender y explicar la realidad. Adquirir conocimientos e integrarlos en un marco comprensible para los individuos, que responda a los valores a los cuales ellos adhieren y faciliten la comunicación. (Moscovici).

Las representaciones definen un marco de referencia común, que posibilita el intercambio social, la transmisión y la difusión de un conocimiento "espontáneo" e "inocente", que en las ciencias sociales es denominado como el "conocimiento del sentido común".

2) Funciones Identitaria:

Según Mugni y Carugati, ( citado por Silva, 1991)

"Las representaciones también tienen la función de situar a los individuos en el campo social, permitiendo la elaboración de una identidad social y personal gratificante, es decir, compatible con el sistema de normas y valores social e históricamente determinados"

La referencia a las representaciones que define la identidad de un grupo, juega un rol importante en el "control social" que ejerce el grupo, sobre cada uno de sus miembros.

3) Función de guía para el comportamiento:

Al ser la representación un sistema de pre-codificación de la realidad, se constituye en una guía para la acción, a partir de tres factores esenciales:

“Determinar la finalidad de la situación; es decir, define a priori el tipo de relaciones y de práctica cognitiva que el individuo debe adoptar en una situación o tarea a efectuar.

“Produce un sistema de anticipaciones y expectativa; ejerciendo una acción sobre la realidad, puesto que ella no depende del desarrollo de una interacción, la precede y la determine. El éxito o el fracaso de las interacciones depender de la naturaleza de las representaciones previamente elaboradas por cada una de las partes en torno a la situación.

“Prescribe comportamientos y prácticas sociales; en tanto refleja la naturaleza de las reglas y los lazos sociales. De acuerdo a la representación está definido lo que es lícito, tolerable o inaceptable en un contexto social dado.

#### 4) Funciones Justificativas:

Las representaciones, permiten justificar la toma de posición y los comportamientos a posteriori en la interacción. En el caso de grupos que interactúan a nivel competitividad, unos elaboraran representaciones del otro grupo, atribuyéndoles características que les permitan justificar, por ejemplo, un comportamiento hostil hacia ellos.

### **Procesos de las Representaciones Sociales**

Según Denisse Jodelet (1993), la objetivización y el anclaje corresponden a dos procesos que se refieren a la elaboración y al funcionamiento de una representación social, éstos muestran la interdependencia entre la actividad psicológica y sus condiciones sociales.

#### 1.- La Objetivación: lo social en la representación.

En este proceso, la intervención de lo social se traduce en el agenciamiento y la forma de los conocimientos relativos al objeto de una representación, articulándose con una característica

del pensamiento social, la propiedad de hacer concreto lo abstracto, de materializar la palabra. De esta forma, la objetivización puede definirse como una operación formadora de imagen y estructurante.

La representación permite intercambiar percepción y concepto. Al poner en imágenes las nociones abstractas, da una textura material a las ideas, hace corresponder cosas con palabras, da cuerpo a esquemas conceptuales. Procedimiento tanto más necesario en cuanto que, en el flujo de comunicaciones en que nos hallamos sumergidos, el conjunto demasiado abundante de nociones e ideas se polariza en estructuras materiales. Es decir, mediante este proceso se materializan un conjunto de significados, se establece la relación entre conceptos e imágenes, entre palabras y cosas. "Objetivizar es reabsorber un exceso de significados materializándolos" (Moscovici, 1976). Así, la objetivización reconstruye el objeto entre lo que nos es familiar para poder controlarlo.

En el caso de un objeto complejo como es una teoría, la objetivización puede dividirse en tres fases:

a) Selección y descontextualización

La selección y descontextualización es la primera fase del proceso imaginante. Unas informaciones concretas son seleccionadas y fuera del contexto en que aparecían pueden ser reorganizadas, pero para ello es necesario extraer el objeto del espacio en que se presenta.

b) Formación del núcleo o esquema figurativo

La formación de un esquema figurativo corresponda a la fase en que la información seleccionada es estructurada y organizada en un esquema que esta formado por las imágenes que reproducen visiblemente la estructura conceptual.

### c) Naturalización

El modelo figurativo permitirá concretar, al coordinarlos, cada uno de los elementos que se transforman en seres de naturaleza: "el inconsciente es inquieto", "los complejos son agresivos", "las partes conscientes e inconscientes del individuo se hallan en conflicto". Las figuras, elementos del pensamiento, se convierten en elementos de la realidad, referentes para el concepto. El modelo figurativo utilizado como si realmente demarcara fenómenos, adquiere un status de evidencia: una vez considerado como adquirido, integra los elementos de la ciencia en una realidad de sentido común.

Con la naturalización, cosificación u ontización los conceptos se transforman en cosas que permiten ordenar los acontecimientos, de manera que lo que es abstracto se muestra concreto. Mediante la naturalización podemos ver "la lógica" o "los complejos" como si tuvieran una realidad tangible.

### 2.-El anclaje: La representación en lo social

Este segundo proceso, esta referido al enraizamiento social de la representación y de su objeto. La intervención de lo social se traduce en el significado y la utilidad que le son conferidos al objeto.

El anclaje implica otro aspecto que se refiere a la integración cognitiva del objeto representado dentro del sistema de pensamiento preexistente y a las transformaciones derivadas de este sistema "ya no se trata como en el caso de la objetivación, de la constitución formal de un conocimiento, sino de su inserción orgánica dentro de un pensamiento constituido"

El proceso del anclaje, en una relación dialéctica con la objetivación, articula las tres funciones básicas de la representación: función cognitiva de integración de la novedad, función de interpretación de la realidad y función de orientación de las conductas y las relaciones sociales.

Consiste, por tanto, en transformar lo que es extraño en familiar, o sea hacer inteligible lo que no es familiar. Además, lo que lo diferencia de la objetivación es "que permite incorporar lo extraño en lo que crea problemas, en una red de categorías y significaciones"(Moscovici, 1973,1984; Jodelet, 1984).

Existen dos modalidades de intervención que permiten describir el funcionamiento del anclaje:

“La inserción del objeto de representación en un marco de referencia conocido y preexistente.

“La instrumentalización social de objeto representado.

Cuando un grupo social se enfrenta a un fenómeno extraño, o a una idea nueva que en cierto modo amenaza su identidad social, el enfrentamiento al objeto no se realiza en el vacío. Los sistemas de pensamiento del grupo, sus representaciones sociales, constituyen puntos de referencia con los que se puede amortiguar el impacto de la extrañeza.

Una segunda forma de anclaje posibilita la inserción de las representaciones en la dinámica social, haciéndolas instrumentos útiles de comunicación y comprensión. Por una parte las representaciones se convierten en sistema de lectura de la realidad social, expresando y contribuyendo a desarrollar los valores sociales existentes. Por otra parte, en tanto que sistema de interpretación, el anclaje posibilita que las personas puedan comunicarse en los grupos a que

pertenecen bajo criterios comunes, con un mismo lenguaje para comprender los acontecimientos, las personas u otros grupos.

Globalmente, el proceso de anclaje guarda una estrecha relación con las funciones de clasificar y nombrar, es decir, de ordenar el entorno, al mismo tiempo, en unidades significativas y en un sistema de comprensión. Las características que definen este proceso son muy similares a las que se atribuyen a la categorización.

El proceso de anclaje, permiten comprender:

“Como se confiere el significado al objeto representado.

“Como se utiliza la representación en tanto sistema de interpretación del mundo social, marco e instrumento de conducta.

“Como opera su integración dentro de un sistema de recepción y la conversión de los elementos de este último relacionado con la representación.

El anclaje y la objetivización, procesos básicos en la generación y el funcionamiento de las representaciones sociales, mantienen una relación dialéctica. Se combinan para hacer inteligible la realidad y para que, de esa inteligibilidad, resulte un conocimiento práctico y funcional; un conocimiento social que nos permita desenvolvernos en el entramado de relaciones y situaciones que implica la vida cotidiana.

El sistema de interpretación tiene una función mediadora entre la persona y su medio, así como entre los miembros de un mismo grupo. Desde esta perspectiva, comprender algo nuevo es hacerlo propio y explicarlo, por lo que la representación proporciona los marcos y las señales por las cuales el anclaje clasificaría dentro de lo familiar, lo nuevo.

"Hacer propio algo nuevo es aproximararlo a lo que ya conocemos, calificándolo con las palabras de nuestro lenguaje. Pero nombrar, comparar, asimilar o clasificar supone siempre un juicio que revela algo de la teoría que uno se hace del objeto clasificado." (Jodelet, 1993).

El proceso por el cual asimilamos algo novedoso en nuestras vidas, se basa en lo que ya conocemos y se le da una explicación a partir de otros conceptos que manejamos con anterioridad.

Al respecto, Farr (1993) considera que "las representaciones tienen una doble función: hacer que lo extraño resulte familiar y lo invisible, perceptible". Las representaciones además de que incluyen lo novedoso a nuestra vida cotidiana, también regula las relaciones sociales y están presentes en el diálogo que establecemos con los demás.

La lógica de las representaciones sociales es una lógica de articulación, que establece una relación entre la acción consciente de los actores sociales y la acción de los productos sociales. Por lo que participan de la innovación y del cambio social de una vida social en vías de construcción, esto les confiere un carácter social, pues por medio de ellas se pueden "estudiar las relaciones complejas que se dan entre los agentes sociales y sus productos, entre el sujeto y el objeto, entre lo micro y lo macrosocial." (Alvarez, 1995).

Por otra parte, se considera que hay otros aspectos relacionados con la formación de las representaciones a partir del sistema cultural de una sociedad. Yáñez (1989), considera que todo grupo sociocultural comprende su realidad de acuerdo con un sistema particular de pensamiento, de una forma de interpretar el medio en que se desenvuelve y de un modo de implementar las relaciones entre los elementos que forman parte de esa realidad.

En este sentido, se pueden encontrar representaciones similares, pero pueden tener significados y explicaciones distintas debido a que pueden corresponder a diversas formas de ver el mundo.

## **Los Estudios en Representaciones Sociales en la Actualidad**

Nos resulta difícil en los momentos actuales dar cuenta de la trayectoria seguida por los estudios desde y en la teoría de las representaciones sociales. Dos grandes factores inciden en este hecho.

El volumen y ascendente cantidad de estudios que en el mundo se realizan y que en forma de libros, artículos en revistas, tesis de grado, maestría y doctorado, presentaciones en eventos, etc., recogen el quehacer en este campo. Hacer un levantamiento en tal sentido constituye en sí mismo un estudio serio y minucioso; muy lejos de nuestras modestas posibilidades de acceder a la literatura internacional y aquí justamente situamos el inconveniente que personalmente más nos impacta. Desde esas limitantes, pero movida por el interés de contribuir a una mayor divulgación de la teoría, redactamos este epígrafe final.

Lanzada al mundo académico en 1961, la Teoría de las Representaciones Sociales, transcurre casi inadvertida durante dos décadas - por causas ya analizadas- y no es hasta los 80 en que el interés por ella se torna creciente; propiciando el desarrollo tanto de trabajos teóricos como empíricos, principalmente estos últimos.

La consistencia, internacionalización y crecimiento sostenido de los estudios condujeron al desarrollo sistemático e ininterrumpido de una conferencia internacional, donde los interesados en la teoría han abierto un foro de divulgación y debate académico. Hasta la fecha han sido cinco las ediciones de la Conferencia Internacional sobre Representaciones Sociales, iniciadas en 1992

en Ravello, Italia; le sucedieron Río de Janeiro, Brasil (1994); Aix-en-Provence, Francia (1996) y Ciudad México, México en 1998, Montreal, Canadá en el 2000 y en agosto de 2002 se organizó en Stirling, Escocia la sexta edición, previéndose en Caracas, Venezuela, para el verano del 2004 la séptima conferencia. La cantidad de participantes y presentaciones ha ido en aumento, concomitante con el auge de la teoría en el mundo. El análisis de los materiales disponibles permite organizar áreas temáticas, en las que se ha centrado la atención de los estudiosos. Ellas son:

La ciencia, el saber académico/ pensamiento o conocimiento popular, es decir la vulgarización del conocimiento científico. Esta temática fue iniciada por Moscovici en su trabajo pionero sobre la socialización del Psicoanálisis entre la población parisina de fines de los 50. Otros objetos de representación ubicados bajo este mismo tema son: la fecundación humana, la economía, la ciencia, la ecología, la física y el tiempo, parece presentar en la actualidad un desarrollo ascendente.

Salud/enfermedad: Área temática de gran abarque y que tradicionalmente ha aglutinado gran cantidad de trabajos. relacionados con la salud misma como objeto de representación, la enfermedad mental o la locura, Aquí también están los estudios sobre el cuerpo el cáncer, se multiplican los trabajos sobre el SIDA y factores asociados. Así como investigaciones que focalizan prácticas preventivas en salud, maternidad, aborto, tabaquismo, drogadicción, etc En algunos de ellos se privilegia el abordaje desde un enfoque de género.

El desarrollo humano: tema genérico bajo el que se agrupan los estudios sobre las distintas etapas de la vida del hombre y otras cuestiones vinculadas con el hombre mismo, su trascendencia, etc. Entre ellos están los trabajos sobre diversas representaciones en la infancia y adolescencia; y sobre ambas etapas, el desarrollo humano, la genética humana, (1994); la vejez/ envejecimiento,

y otros objetos más puntuales como los roles paternos y sexuales entre otros. En esta área la perspectiva de género también está presente.

El campo educativo: Temática de larga trayectoria y amplitud a la que tributan muchos estudios. Como los desarrollados sobre la inteligencia la tecnología y la informática; las prácticas educativas en diversos grupos: alumnos, padres, docentes; la matemática, la escuela, la educación, el buen profesor, etc. Así como los vinculados a la cibernética en la educación y experiencias pedagógicas específicas apoyadas en la teoría.

El trabajo: Engloba el universo laboral en sentido amplio y estrecho. Entre ellos están los estudios sobre la representación social del trabajo en diferentes grupos sociales: jóvenes, trabajadores de la construcción, la industria de confecciones y el comercio; la representación de distintos oficios o profesiones: el psicólogo el artesano; los productores agrícolas, los profesionales de la basura los maestros. Se han realizado también estudios sobre la empresa, las condiciones de trabajo; el trabajo penoso, la innovación tecnológica; la identidad profesional, el universo de trabajo. Así como la relación trabajo/salud, la administración participativa, etc.

Participación Exclusión social /: Gran bloque temático, que incluye una variedad de objetos, determinados en buena medida por la realidad social, económica y política de los últimos años, y donde el quehacer de los profesionales latinoamericanos tiene un espacio relevante. En él también se incluyen objetos de representación vinculados a temas de la Psicología Política. Así encontramos estudios sobre comportamiento político y ejercicio ciudadano, sobre los derechos humanos, la democracia, la pobreza, la política, la violencia, la discriminación, los niños de la calle y aspectos relacionados con ellos: (trabajo infantil, embarazo, prostitución, etc). Además aparecen diversos objetos de estudio, tales como: la drogadicción; la paz; la justicia; los grupos minoritarios y su influencia, entre otros muchos, que tornan a esta un área de gran convergencia investigativa.

La cuestión comunitaria: Área temática que gana cada vez más espacio dentro del quehacer empírico de las representaciones sociales. Así se ha investigado la representación del espacio urbano, del ciudadano, de ciudades o comunidades específicas, la identidad de comunidades particulares (étnicas, religiosas,), el medio ambiente, la contaminación, experiencias de intervención comunitaria. Son entre otros muchos algunos de los trabajos desarrollados.

### **Matrices del Aprendizaje**

(Ana P. de Quiroga; 2003) en su texto Matrices de Aprendizaje trabaja la configuración de los sujetos en el proceso de conocimiento, advierte que la posibilidad de existencia del sujeto como tal, está determinada por su capacidad de emerger de los aprendizajes que se tejen en sus vínculos y relaciones sociales a partir de necesidades manifiestas desde su nacimiento. En otras palabras, las personas necesitamos de otros para devenir sujetos, somos seres esencialmente sociales. Es más, nos configuramos en una praxis transformadora, en una relación dialéctica mutuamente modificante. En este sentido, no sólo somos una síntesis de nuestra trayectoria vincular y social sino también de nuestros aprendizajes.

La relación que las matrices de aprendizaje cumplen en la configuración del sujeto en el proceso de conocimiento está dada, al decir de Ana de P. de Quiroga, desde el momento en que hemos ido construyendo modelos internos o matrices de encuentro con lo real, en esas primeras gratificaciones frente a las necesidades de la persona recién nacida. Esos modelos internos son personales y sociales, están en movimiento y son susceptibles de modificación, salvo casos extremos de patologías.

El aprendizaje que podamos hacer nos va configurando como sujetos en un proceso que tiene continuidades y discontinuidades en el tiempo. Cabe resaltar entonces que nuestro

aprendizaje tiene su historia. Cada quien ha aprendido a aprender, organizar y significar experiencias, sensaciones, emociones pensamientos, ha construido hábitos de aprendizajes y configurando una actitud hacia el aprendizaje, ha construido sus matrices de aprendizaje, que si bien tiene sus singularidades no dejan de estar determinadas socialmente.

La matriz de aprendizaje es compleja y contradictoria. Incluye la forma en que aprendemos, un sistema de representaciones que interpreta el encuentro con el mundo, una hipótesis de quienes somos en ese proceso de aprendizaje, que lugar y que tarea nos cabe en ese proceso. Que está permitido y que no.

Las matrices de aprendizaje actúan desde lo implícito, de allí que actuemos muchas veces sin problematizarlas. Si las actuamos sin interrogarlas podemos estar limitando nuestra apropiación de lo real. Son las crisis las que rompen con la familiaridad encubridora, son ellas las que abren un espacio para revisar las matrices y –quizás- reconfigurar nuestra subjetividad. Es desde una reflexión crítica que se abre la posibilidad de nuevas formas de aprender a aprender, de constituirnos en sujetos del conocimiento (Ana P. de Quiroga).

Podemos afirmar entonces que las matrices entendidas como estructuras internas, están ligadas a nuestra identidad ya que condensan nuestra experiencia y nuestra historia. Están determinadas por diversos factores, es decir están multideterminados. Se constituyen en los ámbitos en los que se desarrolla la experiencia de aprender y de la modalidad particular con que estas experiencias se inscribieron en nosotros.

Haciendo hincapié en la configuración de los sujetos, es importante pensar como cada sistema social organiza materialmente la experiencia de conocimiento de los sujetos que la integran para garantizar su existencia y desarrollo. Cada sistema a través del proceso educativo en todas

sus formas e instancias, procura gestar sujetos capaces de sostenerlo, en tanto se presenta como instancia socializadora. Y son las formas de las relaciones sociales, la concepción de persona de mundo, del conocimiento en que estas relaciones se sostengan y legitimen, por la forma de conciencia social y por los intereses hegemónicos en esa estructura, las que afectan la plasticidad y riqueza, así como su mayor rigidez y estereotipia de las matrices de aprendizaje.

En este sentido nos podemos referir a la familia como primer lugar de aprendizajes, de nuestro aprender a aprender y el ingreso a la institución escolar como ruptura con esos modelos de aprendizajes previos, en particular con esta. Y nos referimos a las necesidades del sujeto como fundamento de un proceso de exploración de lo real en busca de una fuente de gratificación. Ese proceso es el aprendizaje que va dejando sus huellas en el transcurrir de la vida.

La Familia como Principal Agencia de Socialización.

El modelo de Berger y Luckmann (1995) sobre socialización primaria, explica la importancia de la familia como principal agencia de socialización. Desde este modelo, el proceso de socialización se manifiesta explícitamente a través de las relaciones e implícitamente mediante la observación, el modelado y el ensayo y error y en ambos los diferentes agentes de socialización desempeñarán un papel fundamental.

La familia, y en concreto padres y madres, se pueden considerar como los agentes socializadores más importantes cuando se trata de promover la participación deportiva de sus hijos (Mota y Queirós, 1996). En edades tempranas, los agentes sociales como la familia, la escuela y los amigos, así como características propias del niño como pueden ser la autoestima y la motivación, se posicionarán como determinantes del comportamiento (McPherson, Curtis y Loy, 1989). Así, se puede considerar que la familia y los amigos tienen una influencia directa en la

participación deportiva del niño. Dependiendo de la edad, familia, escuela y amigos tendrán más o menos importancia en el comportamiento del niño:

Los niños (según la teoría de la imitación) harán lo que ven en los adultos, sin embargo, el adolescente reproducirá determinados comportamientos sociales a través de la comunicación interpersonal (Torre, 1998).

La familia, a su vez, está influenciada por la sociedad a la que pertenece, adquiriendo rasgos de ésta que se mostrarán en la metodología empleada en la educación de sus hijos (Rodríguez, 2004).

Los diferentes modelos tienen como base de sustentación que toda familia socializa al niño en consonancia con su modo de vida, el cual estará condicionado por el escenario social, económico e histórico de la sociedad a la que pertenece

Los miembros de la familia deben interactuar entre ellos para la consecución de valores, reglas y pautas de comportamiento y para conocer cuándo éstos no son los adecuados. Es en la familia donde se originan las primeras experiencias de socialización deportiva y es por ello por lo que las actitudes que ésta mantenga frente a la sociedad en general y al deporte en particular serán determinantes.

Los niños necesitan el apoyo de su familia para establecer sus relaciones sociales, para adquirir unos determinados hábitos y para actuar con responsabilidad (Bradley, Caldwell y Rock, 1988).

Son diversos los aspectos que pueden influir en la actitud de los niños hacia la práctica deportiva como pueden ser:

- La práctica deportiva de los padres y hermanos.
- Actitud de la familia ante el deporte.
- Clase social a la que pertenece la familia.

En este sentido, las familias con una actitud positiva con respecto al deporte, ofrecen refuerzos positivos a sus hijos en el compromiso hacia éste. Y en cuanto a la clase social a la que pertenecen, parece existir un mayor desinterés hacia el deporte en las familias que pertenecen a clases sociales más bajas (Campos, 2011).

En cualquiera de los casos, queda claro que los padres son el agente educador por excelencia, teniendo competencias en la educación “para”, “en” y “mediante”. En relación con la práctica deportiva, la familia juega diferentes papeles entre los que se pueden englobar la creación de un clima positivo para la participación deportiva, el aumento de oportunidades para participar en el deporte o incluso actuando como modelos. Teniendo en cuenta todo esto, no debemos olvidar que los medios de comunicación de masas también manipulan e influyen en el nivel de actividad física de la población.

### **Importancia del Apoyo Parental**

Ya se ha mencionado que el núcleo familiar que ofrecen los padres a sus hijos es de vital importancia. Diversos autores (Cruz y cols., 1996; Carratalá, 1997; Castillo, Balaguer, García y Varcárcel, 2004) son los que hablan de la gran trascendencia que tienen los padres como agentes sociales.

Diversas investigaciones son las que demuestran la íntima relación entre las percepciones de los jóvenes sobre el interés de los padres hacia el deporte y los niveles de práctica de sus hijos (Jowett y Timson-Katchis, 2005).

A pesar de ello, actualmente se están desarrollando líneas de investigación que demuestran que es el entorno próximo constituido no sólo por padres, sino también por entrenadores, profesores, amigos, etc. del deportista, quienes desempeñan un papel fundamental en la adquisición de hábitos saludables (Jowett y Timson-Katchis, 2005).

Concretamente en el tiempo de ocio, los padres como núcleo de la familia establecen una especial colaboración en la creación de las bases para la transmisión de normas de comportamiento de los hijos. Si se concretiza, y en referencia a la práctica de actividad física de los adolescentes, los padres influyen en la percepción que éstos tienen de su competencia deportiva (Castillo y cols., 2004). Esta idea es debatida por otros estudios como el de Castillo y Balaguer (2001) quienes determinan que la satisfacción que los padres puedan sentir porque sus hijos (de 11 a 18 años) practiquen actividad física es una de las razones menos importantes para ellos, aunque ya Año (1997), advierte que a menor edad del niño mayor es la influencia familiar.

Otros estudios indican que la familia puede ejercer su influencia en un entorno educativo informal en el que las actividades que se estructuran dentro de ella, crean un ambiente de aprendizaje en el que éste se adquiere de manera natural (Palacios y Rodrigo, 1998). Ello extrapolado al ámbito del deporte, conseguiría una práctica de éste desde un punto de vista educativo e integral.

Cuando se afirma que la familia posee una influencia positiva en la configuración de hábitos deportivos de los niños, no es en alusión a que ésta deba practicar deporte junto con los niños (que también es muy beneficioso) sino que algún miembro de la familia influya sobre la práctica de sus hijos o hermanos. Los padres deben animar y facilitar la práctica de sus hijos, pero también deben interesarse en la forma en la que practican y se organizan.

Se tornó fundamental percibir que la influencia de la familia es especialmente importante en los primeros años de vida ya que una vez que los niños hayan adquirido el hábito, será la propia práctica deportiva la que sirva de estímulo para continuar en ella. Al superar estas edades, serán otros agentes socializadores los que influirán en esta práctica, hecho que acontecerá cuando la independencia del joven se vaya consolidando (Knop y cols., 1998).

Perís (2003) también dice al respecto que los padres desempeñan una labor fundamental para que sus hijos se enriquezcan de diversas formas en el entorno deportivo y enumera una serie de actuaciones que, si son llevadas a cabo por los padres, conseguirán que los hijos se beneficien de la práctica deportiva:

- Se debe garantizar una práctica deportiva de calidad.
- Es importante mostrar interés por la práctica deportiva de los hijos.
- Contribuir con el club o la escuela deportiva en la que practican sus hijos estableciendo un ambiente de colaboración.
- No pueden focalizar su implicación en la actividad deportiva sólo desde el punto de vista de los resultados y es importante mostrarles que ya la mera participación ya es satisfactoria.

También se debe tener en cuenta el triángulo deportivo (entrenador, padres y deportistas) que se funda en la iniciación deportiva de los niños y por ello no debemos olvidar la figura del entrenador (Cruz, 1997; Sánchez, 2001), persiguiendo tres objetivos si a deporte infantil es el tema en cuestión:

- Darle una orientación educativa a la práctica deportiva en la que los padres se interesen por las experiencias deportivas de sus hijos sin interferir en las funciones de su entrenador.

- Alejar la práctica deportiva de la consecución de resultados inmediatos, aceptando éxitos y fracasos, ya que en caso contrario se podría causar cierto estrés en los deportistas.

González y Lleixá (2010) profundizan aún más en el papel de los familiares, determinando que éstos debieran valorar el buen juego y la diversión, así como atenuar la consideración por el resultado, pero tras la revisión de algunas publicaciones se hace necesario preguntarse si los padres cuentan con la información suficiente al respecto o si son conscientes de la influencia que pueden llegar a ejercer en las actitudes deportivas de sus hijos. Como ej, se muestra la investigación de Vizcarra, Macazaga y Rekalde (2006) en la que parten de la idea de que la opinión de las familias sobre el deporte en edad escolar no siempre coincide con lo que se regula desde las instituciones.

Por otro lado, y teniendo en cuenta las limitaciones que presenta el sistema educativo en la promoción de este tipo de actividades fuera del horario escolar, se convierte en esencial incluir a los padres en cualquier estrategia para estimular la adopción y el mantenimiento de estas conductas por parte de sus hijos en edad escolar. Es por ello por lo que una de las metas que desde esta investigación se propone, es analizar la concepción y la implicación de los padres en su propia práctica deportiva y también en la de sus hijos ya que se constituye como uno de los factores que más van a contribuir a determinar este tipo de actitudes en los niños, en su tipo y en su grado de participación (Delgado y Tercedor, 2002).

## **El Papel de los Padres, Comportamiento y Actitudes.**

Una estructura o modelo centrado en la educación y en el desarrollo de valores del individuo, sería el entorno ideal para la práctica deportiva, algo que a veces no se obtiene porque los agentes implicados en el proceso deportivo no orientan dicha actividad de manera eficaz.

Según Giménez (2000), la iniciación deportiva supone el primer período de formación de un deportista y se va a producir en edades comprendidas entre los 8 y los 12 años.

Respecto al comportamiento de los padres, éstos interactúan en la práctica deportiva favoreciendo o perjudicando la aparición de actitudes positivas de la personalidad durante la ejecución deportiva (Sánchez, 1997). Del mismo modo, juegan un papel muy importante en la formación de características personales del niño deportista (Cruz y cols., 1996). En general, existen muchos beneficios psicológicos con la participación en los deportes juveniles como son el desarrollar destrezas de liderazgo, competitividad, capacidad de cooperación, deportividad, autorrealización y autoconfianza. Mediante la competición y la práctica deportiva el niño aumenta su grado de autocontrol emocional, su autoconfianza y seguridad (Sánchez, 2001).

La actitud positiva de los padres/madres hacia la actividad físico-deportiva extraescolar de sus hijos parece influir en el interés de éstos por dichas prácticas (Ruiz, 2000). La familia ejerce influencias socializantes de una manera importante, manifestándose esto especialmente en la infancia. Los miembros de la familia deben crear un clima positivo para la práctica de actividad físico-deportiva, deben aumentar las oportunidades para participar en el deporte e incluso deberán actuar como modelos (Nuviala, 2003). También se puede acentuar la influencia que los padres ejercen en cuanto a la creación de hábitos deportivos y de alimentación, y el mantenimiento de ciertas actitudes que van en detrimento de los hábitos saludables de los jóvenes (Cordente, García y Sillero, 2008).

Se puede considerar que el ejemplo de los padres es una importante fuente de aprendizaje en el comportamiento del hijo deportista. Por ello mismo, si en la vida del padre la práctica de actividad física toma un papel fundamental, existirán más posibilidades de que ese comportamiento se traslade a su hijo haciéndole participe también por ese interés y participación en el deporte. De hecho, en distintas investigaciones que relacionan la práctica de actividad física de los padres con la de sus hijos, se observa que el hábito de practicar actividad física frecuentemente tanto del padre como de la madre del joven, favorece una mayor participación deportiva por parte del escolar. Así, la familia es el primer y más potente agente socializador en las primeras edades, transmisor de valores, comportamientos y normas (Casimiro y Piéron, 2001).

De la misma manera, según Boixadós, Valiente, Mimbrero, Torregosa y Cruz (1998) diversos estudios han puesto de manifiesto que los padres tienen una gran influencia en la participación deportiva de sus hijos, especialmente en la etapa de iniciación donde su influencia es fundamental.

Los consejos y pautas de comportamiento para padres hacia los hijos menores de edad que practican el deporte y que podrían orientar el papel de las familias (Fraile y cols., 2004) son:

- Informar y asesorar en la elección del deporte, dejando que sea la voluntad de los hijos e hijas la determinante.

- Practicar algún tipo de deporte o actividad física, ofreciendo estilos de vida activos.

- Valorar los aspectos de desarrollo físico y salud de los programas deportivos por delante del rendimiento.

- En situaciones de juego, aplaudir tanto las buenas jugadas como el rendimiento.

- Aplaudir las buenas jugadas del equipo contrario, independientemente del resultado.

- Apoyar la tarea del entrenador y no dar instrucciones técnicas que puedan contradecirle.
  - Respetar las reglas y las decisiones arbitrales, aunque alguna vez sean equivocadas.
  - Promover el respeto y las buenas relaciones entre las aficiones.
  - Enseñar a respetar el material deportivo y las instalaciones.
  - Colaborar en las tareas de soporte y organización del equipo y la entidad deportiva.
- Padres que tienen unas creencias fuertes y positivas sobre la competencia deportiva de sus hijos, está asociado con hijos que tienen elevada su propia percepción y valoran el deporte y niveles de actividad física.

Así, el nivel de práctica y las valoraciones de los padres, el nivel de educación, la existencia de figuras deportistas dentro de la familia y la actitud hacia la práctica deportiva, ejerce una influencia positiva en la participación de los niños en las actividades deportivas (Kotan, Hergüner y Yaman, 2009). Ya ha quedado claro que los padres juegan un papel fundamental en la transmisión de valores, normas, hábitos, rutinas y costumbres de sus hijos. Sus actitudes y aptitudes de cara a la práctica deportiva también serán fundamentales para su desarrollo personal y social y en muchos casos tendrán un carácter persistente en el tiempo. Teniendo todo esto en cuenta, creemos que los niños pueden adquirir determinados hábitos, entre ellos la adquisición de la práctica deportiva, por imitación, es decir, si ellos ven que sus padres practican, ellos también lo harán. Ésta es la razón por la que este estudio considera oportuno centrarse en el aprendizaje vicario antes de continuar el desarrollo de este trabajo.

### **Actividad Física**

Este concepto a simple vista parece sencillo de definir, sin embargo, no lo es tanto debido en gran parte a la confusión de conceptos relacionados, como ejercicio, deporte..., sobre todo

porque todos ellos tienen un mismo soporte: el movimiento, la motricidad..., con una clara intención de participación física.

La actividad física es considerada como una *ciencia* en cuanto elabora teorías específicas sobre un contenido. Junto a este carácter de ciencia, la actividad física es *tecnología* por cuanto supone una intervención racional en la realidad práctica, y es *técnica – arte* - por cuanto el profesor no puede evitar “*una especie de toque personal*”, su acción se adapta a las circunstancias de cada situación concreta. Esta definición, de actividad física, pone de manifiesto, que es una parte importante para el trabajo, superando las concepciones más clásicas que se reducen a deporte y, actualmente, a educación física, como únicas vías para el trabajo físico. Por ello manifiesta Mora (1995) que “*la actividad física como objeto de estudio es el resultado de un proceso de especialización científica*”.

En este mismo sentido define García (1997) la actividad física como: “*la ciencia, la tecnología y la práctica que tiene por objeto el estudio de los elementos, y de sus interrelaciones intervinientes en el campo educativo físico, y que trata de explicar y de regular normativamente sus procesos de acomodación diferenciada, tendentes a conseguir los objetivos educativos, de antemano propuestos, en el marco institucional que lo concretiza*”.

Otro autor como Sánchez Bañuelos (1996) considera que, “*la actividad física puede ser contemplada como el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento sustancial del gasto energético de la persona*”.

Internacionalmente este concepto se define como “*cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que tiene como resultado un gasto de energía*” (Tercedor, 2001).

La OMS considera la Actividad Física como *"todos los movimientos que forman parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas"* (Ros, 2007). En este concepto no estamos muy de acuerdo con la acepción de considerar actividad física la realizada en el trabajo, ya que no mantendría algunos de los parámetros establecidos sobre la actividad física.

De las definiciones anteriores podemos extraer dos parámetros significativos uno cuantitativo y otro cualitativo. El primero de ellos, hace referencia al grado de consumo y movilización de energía necesaria para realizar el movimiento, aspecto que es controlado a través del volumen, la intensidad y la frecuencia de dicha actividad (Shepard, 1995; González y Gorostiaga, 1995; Navarro, 1994); y en segundo lugar, lo cualitativo, vinculado al tipo de actividad a realizar, así como el propósito y el contexto en el cual se realiza (Hellín, 1998).

Ahora bien, resultan incompletas porque no considera el carácter experiencial y vivencial que proporciona la actividad física, olvidando su carácter de práctica social. Por ello Devís y cols. (2000) definen actividad física como: *"cualquier movimiento corporal, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea"*. Pero, además, de la experiencia personal la actividad física conjuga otras dos dimensiones como son la biológica y la sociocultural y así lo expresan Devis y cols (2000) cuando afirman que *"la actividad física aglutina una dimensión biológica, otra personal y otra sociocultural. De ahí que cualquier intento por explicar y definir la actividad física debería integrar las tres dimensiones"*

Por último, dentro del concepto de actividad física existe un concepto relacionado de forma directa, siempre y cuando *"las actividades físicas están orientadas bajo un propósito de mejora de la estructura corporal en sí misma llegamos al concepto de ejercicio físico"* (Hellín,

2008). En esta misma línea se manifiesta Marcos Becerro (1989), citando a Casperson y cols. (1985), señala que *“el ejercicio físico supone una subcategoría de la anterior, la cual posee los requisitos de haber sido concebida para ser llevada a cabo de forma repetida, con el fin de mantener o mejorar la forma física”*. Por lo tanto, la actividad física se sirve de la realización de ejercicio físico para conseguir el objetivo más importante, que no es otro que mejorar la salud de las personas que lo realizan.

### **Beneficios de la Actividad Física**

Las investigaciones realizadas en los últimos años acerca de los beneficios que la actividad física produce han sido muy productivas. A pesar de ello y considerando la práctica de actividad física un factor preventivo, es importante conocer las recomendaciones diarias para cada persona. El programar adecuadamente el ejercicio físico para la salud, reconociendo sus valores educativos, sociales y sanitarios, aprendiendo un estilo de vida sano y manteniendo un compromiso con la vida diaria se torna de obligado cumplimiento (Casimiro y Piéron, 2001).

Recomendaciones sobre actividad física de diversos organismos internacionales relacionados con la salud han determinado que como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa es lo ideal en individuos de 5 a 17 años a pesar de que un tiempo superior al estipulado provocará mayores beneficios. Por otro lado, lo recomendable es que esta actividad física sea en su mayor parte aeróbica y que se incorporase como mínimo tres veces por semana actividades vigorosas que refuercen músculos y huesos especialmente. Según Ros (2007), centrándonos en la prevención, la actividad aeróbica de baja o moderada intensidad genera unos determinados beneficios en nuestro organismo:

La competencia motriz favorecerá su participación en la práctica de actividad física provocando sensaciones de bienestar y de mejora de la autoestima que desembocarán en una adherencia en la actividad (Gálvez, Rodríguez y Velandrino, 2009).

### **Sedentarismo**

El sedentarismo (de sedentario/a, a su vez del latín sedentarius, "que trabaja sentado", a su vez de sedere, "estar sentado") es lo que define a los oficios y modos o estilos de vida que, en palabras de la Real Academia Española, tienen "poca agitación o movimiento". Se trata del estilo de vida más cotidiano, sobre todo en las ciudades. Incluye poco ejercicio, suele aumentar el régimen de problemas de salud, especialmente aumento de peso (obesidad) y padecimientos cardiovasculares. Es un estilo de vida frecuente en las ciudades modernas, altamente tecnificadas, donde todo está pensado para evitar grandes esfuerzos físicos. En las clases altas y en los círculos en donde las personas se dedican más a actividades intelectuales, aumenta la probabilidad de que se presente este hábito.

Según un estudio español del año 2014, el hecho de pasar muchas horas (seis en adelante) en posición sedente constituye por sí solo un factor de riesgo para la salud cardiovascular, independientemente de que se haga o no ejercicio físico.

Según la OMS, la inactividad física es el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante a nivel mundial y provoca el 6% de todas las muertes del planeta. En la actualidad, aproximadamente 3,2 millones de personas mueren cada año por tener un nivel insuficiente de actividad física. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que seis de los siete factores determinantes para la salud están relacionadas con la alimentación y el ejercicio físico (OMS, 2002), y ambos son susceptibles de modificarse (Delgado, Gutiérrez y Castillo, 2004). El bienestar

psicológico y los hábitos saludables, están íntimamente relacionados con la práctica del ejercicio físico (Jiménez, Martínez, Miró y Sánchez, 2008). La OMS define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. Ello incluye las actividades realizadas al trabajar, jugar y viajar, las tareas domésticas y las actividades recreativas.

## **Consecuencias**

La obesidad es una de las consecuencias más frecuentes del sedentarismo.

Las consecuencias más frecuentes del sedentarismo son las siguientes:

Propensión a la obesidad: la persona sedentaria no gasta las calorías que consume y estas se almacenan como grasa en áreas como el abdomen, lo que aumenta su volumen.

Debilitamiento óseo: la carencia de actividad física hace que los huesos y los músculos pierdan fuerza y se debiliten, lo que puede derivar en enfermedades óseas como la osteoporosis, que se manifiesta en un debilitamiento de los huesos.

Cansancio inmediato ante cualquier actividad que requiera esfuerzo físico, como subir escaleras, caminar, levantar objetos o correr.

El aumento del volumen de grasas: almacenamiento de colesterol en las arterias y venas, lo que hace que el flujo sanguíneo hacia el corazón sea menor y, por lo tanto, aumente el esfuerzo del corazón para hacer llegar la sangre a todo el organismo.

Problemas de cuello y espalda que generan dolores constantemente.

Dolores musculares a causa de la falta de actividad física, perdiendo tono muscular, fuerza y flexibilidad, provocando que los músculos se fatiguen con gran facilidad, ante el mínimo

esfuerzo. Si la situación no se modifica, con el pasar del tiempo puede derivar en otros inconvenientes como, por ejemplo, contracturas.

Propensión a desgarros musculares, tirones de tendones, etcétera.

Cansancio y estrés, sumado al aumento de la ansiedad y depresión, incluso puede generar inconvenientes para conciliar el sueño.

Propensión a la diabetes a causa de la vida sedentaria, el sobrepeso y la malnutrición.

### **Factores que Promueven el Sedentarismo**

Las sociedades han optado por desenvolverse de formas muy sedentarias, donde la actividad física no es tomada como algo que sea relevante, por lo tanto, el movimiento del cuerpo está acotado a mínimas necesidades cotidianas y con ello el estado de salud se ve claramente perjudicado. El tiempo libre para la práctica de actividad física es ocupado por otras tareas que son de amplia comodidad y no demandan esfuerzo físico. Los factores más comunes son los siguientes:

Muchas horas diarias y semanales frente a una pantalla de televisión, viendo diferentes programas o series.

"Dentro de los factores de riesgo que promueven el sedentarismo encontramos el uso de las nuevas tecnologías, entre otras, las redes sociales". Falta de hábitos saludables de locomoción o transporte, relegando la caminata y la bicicleta, recurriendo siempre a medios de transportes motorizados públicos o privados.

Falta de ganas, desinterés, poco entusiasmo para la práctica de actividad física, o la práctica del algún deporte específico, teniendo como pretexto el cansancio laboral y el hecho de utilizar su tiempo libre en otras actividades.

Las nuevas tecnologías en sus diferentes dimensiones han atraído a las personas ocupando su tiempo, y desplazando a la actividad física, quedando sujeta a realizarse esporádicamente.

Ausencia de directivas que divulguen buenos hábitos de salud para las sociedades y que fomenten la práctica de actividad física.

Aparición de inconvenientes socio económicos que llevan al abandono o al no inicio de actividades deportivas, terminando por abandonar totalmente la práctica.

Por otro lado, el consumismo, el cambio del estilo de vida permite acceder a comodidades que acentúan el sedentarismo y hábitos no saludables, entre los que podemos destacar la adquisición de vehículos, computadoras, celulares, vídeos juegos, diferentes electrodomésticos, entre otros.

# CAPÍTULO III

## DISEÑO METODOLÓGICO

El trabajo como lo expresa el objetivo de la investigación busca determinar las representaciones sociales que mantienen los adultos que concurrieron al Centro de Salud del barrio Zatti de la ciudad de Viedma, Rio Negro.

En relación a si influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividades física de los hijos en la franja etaria que abarca de los 6 años a los 12 años.

Ante lo expuesto se considera que lo más operativo para dar alcance a los ítems que se plantean en el trabajo es el diseño de Investigación Cualitativa, el cual permitiría conocer, comprender e interpretar las significaciones y percepciones que los propios sujetos atribuyen en la realidad al tema planteado.

### **Tipo de Estudio**

El tipo de estudio seleccionado fue el explicativo. Puesto que lo esencial es conocer si influye o no el sedentarismo de los padres en la realización de actividad física de sus hijos, determinando las representaciones sociales que expresaron los sujetos que concurrieron al Centro de Salud Don Zatti.

*Explicativos:* Son aquellos trabajos donde nuestra preocupación se centra en determinar los orígenes o las causas de un determinado conjunto de fenómenos. Su objetivo, por lo tanto, es conocer por qué suceden ciertos hechos, analizando las relaciones causales existentes o, al menos, las condiciones en que ellos se producen. Este es el tipo de investigación que más profundiza nuestro conocimiento de la realidad porque nos explica la razón o el porqué de las cosas, y es por lo tanto más complejo y delicado, pues el riesgo de cometer errores aumenta aquí considerablemente. Sobre su base, puede decirse, se construye el edificio de la ciencia, aunque no

por esta razón deban desdeñarse los tipos anteriores, ya que los mismos son, casi siempre, los pasos previos indispensables para intentar explicaciones científicas.

### **Población y Muestra**

La población con la que se realizó la presente investigación fueron adultos que concurrieron al Centro de Salud del barrio Zatti de la ciudad de Viedma RN, acompañando a sus hijos al control sanitario denominado sanidad escolar.

La investigación se llevó a cabo sobre una muestra que fue elegida al azar a partir de consultar en el centro de salud que días se efectuaba la atención de sanidad escolar, en ese espacio se les consultaba a los adultos que iban llegando, si deseaban compartir sus trayectorias de vidas en relación a la actividad física.

El motivo por el cual se seleccionó el Centro de Salud del B° Zatti fue por visualizar personas que estaban acompañando a sus hijos para la atención de sanidad escolar, se pensó en la relación entre actividad física y salud.

### **Técnicas e instrumentos de Recolección de datos**

Se considera que lo más operativo para dar alcance a los ítems que se plantean en el trabajo con el diseño de Investigación Cualitativa, el cual permitiría conocer, comprender e interpretar las significaciones y percepciones que los propios sujetos le atribuyen en la realidad al tema planteado es que fue necesario implementar la técnica de recolección de datos Entrevista Semiestructurada para la obtención de información concreta.

El instrumento elegido para recoger y almacenar la información fue el Guión de Entrevista, la cual brindó la posibilidad de interactuar con el otro, de conocer su visión y opinión de sus pensamientos y experiencias, detectando la valoración y significación respecto al tema convocante.

### Cronograma de actividades

Actividades	Meses												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1 Portada o carátula													
2 Datos de identificación del Proyecto de Investigación													
2.1. Título del escrito													
2.2 Resumen													
2.3 Palabras clave													
2.4. Plan de investigación													
a) Planteamiento del problema													
b) Planteamiento de las preguntas													
c) Estado del Arte													
d) Justificación de la problemática													
e) Formulación de los objetivos generales y específicos de la investigación													
f) Marco teórico													
g) Explicitación de las consideraciones metodológicas													
h) Cronograma de actividades													

# **CAPITULO IV**

## **Análisis y Presentación de los Resultados**

Considerando el interés de determinar las representaciones sociales de adultos que concurren al CAPS Don Zatti respecto a si influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos, esta investigación analizó los relatos y experiencias de personas usuarias del centro de salud de referencia.

La muestra quedó conformada con un total de 12 familias que asistieron al Centro de Atención Primaria del B° Don Zatti, las mismas estuvieron representadas por progenitoras o progenitores que acompañaron a sus hijos con el fin de acceder a la revisión médica de sanidad escolar por estar finalizando sus estudios de nivel primario.

Pudimos dialogar con cada uno de los adultos que iban llegando al centro, algunos llegaron tiempo antes de su turno, cuestión que facilitó tener una entrevista con mayor comodidad y posibilidades de que puedan expresarse de manera amplia.

Otras familias, se observaron con predisposición, pero con respuestas acotadas, de todos modos, colaboraron con el objetivo de lo solicitado.

Respecto a los progenitores y su relación con las actividades físicas en sus infancias se pudo identificar que la gran mayoría ha tenido posibilidades de acceder a espacios donde brindaban acciones deportivas, optando por diversas actividades a partir de una elección propia, recordando el acompañamiento de sus padres.

Se visualizó que los adultos imposibilitados de asistir fueron por organización familiar, hogares de padres separados y los hijos a cargo de la jefa de hogar, ésta última debía ejercer actividades laborales, cuestión que impedía acompañar a sus hijos, incompatibilidad de horarios.

En otras situaciones expresaron cuestiones económicas, donde el salario de los padres no alcanzaba a cubrir el costo de determinadas acciones, solo podían participar de ofertas municipales

con vacantes, que en ocasiones solo había cupo en deportes que no los atraían en su totalidad, como efecto abandonaban la asistencia.

En la actualidad se entiende a partir de los relatos expresados, y observando las trayectorias de vidas mencionadas, que los adultos entrevistados logran percibir los beneficios de practicar o llevar a cabo una actividad sostenida en el tiempo, donde se puede detectar una mayor conciencia en cuanto a los beneficios e importancia de interactuar en diversos ámbitos sociales, al respecto:

*“... (Ana P. de Quiroga; 2003) en su texto Matrices de Aprendizaje trabaja la configuración de los sujetos en el proceso de conocimiento, advierte que la posibilidad de existencia del sujeto como tal, está determinada por su capacidad de emerger de los aprendizajes que se tejen en sus vínculos y relaciones sociales a partir de necesidades manifiestas desde su nacimiento. En otras palabras, las personas necesitamos de otros para devenir sujetos, somos seres esencialmente sociales. Es más, nos configuramos en una praxis transformadora, en una relación dialéctica mutuamente modificante. En este sentido, no sólo somos una síntesis de nuestra trayectoria vincular y social sino también de nuestros aprendizajes...”*

Los participantes coinciden en los aportes que impactan tanto en la salud física como en la salud mental, por ende, como sistema familiar optan por generar y darle la trascendencia necesaria a este aspecto de mantenerse activo en la cotidianidad, según:

*“... (Denisse Jodelet, 1984) En esta definición, los aspectos más importantes se remiten a la concepción de sistemas de pensamiento que nos relacionan con el mundo y con los demás, a los procesos que permiten interpretar y reconstruir significativamente la realidad, a los fenómenos cognitivos que aportan direcciones afectivas, normativas y prácticas y organizan la comunicación social, y finalmente, dotan a los sujetos de la particularidad simbólica que le es propia en los*

*grupos sociales. En este último sentido, las representaciones sociales constituyen una forma de expresión que refleja identidades individuales y sociales...”*

En este contexto, los padres comprenden los beneficios de la actividad física, razón por la cual tratan de inculcar en sus hijos, el hecho de que elijan una acción, siempre teniendo en cuenta las preferencias de los mismos, alcanzándoles mediante el acompañamiento distintas oportunidades para favorecer la interacción en los espacios que ofrece la comunidad, para fomentar hábitos que puedan perdurar en el desarrollo de sus vidas.

*“...La actitud positiva de los padres/madres hacia la actividad físico-deportiva extraescolar de sus hijos parece influir en el interés de éstos por dichas prácticas (Ruiz, 2000). La familia ejerce influencias socializantes de una manera importante, manifestándose esto especialmente en la infancia. Los miembros de la familia deben crear un clima positivo para la práctica de actividad físico-deportiva, deben aumentar las oportunidades para participar en el deporte e incluso deberán actuar como modelos (Nuviala, 2003). También se puede acentuar la influencia que los padres ejercen en cuanto a la creación de hábitos deportivos y de alimentación, y el mantenimiento de ciertas actitudes que van en detrimento de los hábitos saludables de los jóvenes (Cordente, García y Sillero, 2008) ...”*

Sin embargo, se detectaron expresiones donde los hijos a pesar de las oportunidades alcanzadas, no han optados por su continuidad y sostenimiento de las mismas, como adultos no presionaron en su inmediata elección, optaron por respetar los tiempos de sus hijos en la elección de un espacio que los atrajeran.

*“...Como señalan Torregrosa y Cruz (2006), este compromiso es un buen elemento para la prevención del abandono deportivo, ya que cuanto mayor sea, menor será la probabilidad de*

*dejar la práctica deportiva, mejorando así la satisfacción a la hora de realizar deporte (Cecchini, González, y Montero, 2007; Sousa, Torregrosa, Viladrich, Villamaría, y Cruz, 2007) ...”*

En cuanto a las manifestaciones de los adultos participantes, se destaca que los términos de actividad física y sedentarismo lo asocian directamente a los impactos negativos que podría provocar en la salud, hacen énfasis acerca de los efectos a corto y largo tiempo, ampliando sus relatos en función de fomentar todo aspecto contrario a permanecer quietos, a reducir las redes de socialización, y poner a disposición de sus hijos oportunidades de alcance familiar para fortalecer el desenvolvimiento en acciones benéficas del desarrollo personal.

*“...Las investigaciones realizadas en los últimos años acerca de los beneficios que la actividad física produce han sido muy productivas. A pesar de ello y considerando la práctica de actividad física un factor preventivo, es importante conocer las recomendaciones diarias para cada persona. El programar adecuadamente el ejercicio físico para la salud, reconociendo sus valores educativos, sociales y sanitarios, aprendiendo un estilo de vida sano y manteniendo un compromiso con la vida diaria se torna de obligado cumplimiento (Casimiro y Piéron, 2001) ...”*

El presente trabajo concluye en aportar que los progenitores de niños en la actualidad son más conscientes en comprender la importancia de la actividad física, esto lo reflejan en las constantes búsquedas y facilitación de oportunidades para sus hijos.

A partir de las representaciones sociales en relación a la actividad físicas y sedentarismo, que han podido acumular en sus trayectos de vida, es que intentan contribuir en formar bases sólidas para construir sujetos activos, conscientes de los beneficios de la actividad física y comprendiendo los efectos nocivos del sedentarismo.

Por otra parte, la influencia del entorno social y comunitario en la actividad física de los hijos, logran funcionar como medios para la iniciación en espacios deportivos, recreativos o culturales, donde el vínculo de amistad hace que compartan momentos de interacción social.

*En lo relativo a la influencia de los compañeros en el compromiso deportivo, podemos destacar que Weis y Williams (2004), señalaban que hasta hace poco tiempo no se había dado importancia a los compañeros para tenerlos en cuenta en la motivación y logro en el deporte, y sin duda son un referente para los niños en su vida, con ellos son con los que comparten gran parte de las nuevas experiencias de socialización que les irán formando como personas.*

Finalmente, y en relación al objetivo de la investigación si Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos, es que concluyo en aportar que independientemente de los múltiples factores que puedan emerger limitando la inclusión de los adultos en actividades físicas es que entienden sus responsabilidades como modelos de comportamientos, desde una perspectiva de influir desde la motivación y acompañamiento para la participación de sus hijos en acciones que favorezcan su desarrollo integral. Sumado a los vínculos comunitarios que logren construir podrían colaborar en formar personas activas.

*“...La familia, y en concreto padres y madres, se pueden considerar como los agentes socializadores más importantes cuando se trata de promover la participación deportiva de sus hijos (Mota y Queirós, 1996). En edades tempranas, los agentes sociales como la familia, la escuela y los amigos, así como características propias del niño como pueden ser la autoestima y la motivación, se posicionarán como determinantes del comportamiento (McPherson, Curtis y Loy, 1989). Así, se puede considerar que la familia y los amigos tienen una influencia directa en la participación deportiva del niño. Dependiendo de la edad, familia, escuela y amigos tendrán más o menos importancia en el comportamiento del niño:*

*Los niños (según la teoría de la imitación) harán lo que ven en los adultos, sin embargo, el adolescente reproducirá determinados comportamientos sociales a través de la comunicación interpersonal (Torre, 1998).*

*La familia, a su vez, está influenciada por la sociedad a la que pertenece, adquiriendo rasgos de ésta que se mostrarán en la metodología empleada en la educación de sus hijos (Rodríguez, 2004) ...”*

## BIBLIOGRAFÍA

- Casimiro, A. & Piéron, M. (2001). Incidencia de la práctica físico-deportiva de los padres hacia sus hijos durante la infancia y la adolescencia. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 65, 100-104.
- Devís, J. (Coord.). (2000). *Actividad física, deporte y salud*. INDE.
- Gálvez Casas, A., Rodríguez García, L. & Velandrino Nicolás, A. P. (2009). La percepción de competencia motriz y su repercusión en los niveles de práctica de actividad física escolar. *Tandem: Didáctica de la educación física*, (31), 62-70.
- García, J. J. (1997). *Actividades físicas organizadas: AFO*. [Apuntes inéditos]. Universidad de Salamanca, Zamora.
- García Matamoro, W. F. (2019). Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 3(1), 1602-162.
- Hellín, P. (1998). *Hábitos físico-deportivos en la Región de Murcia* [Tesis doctoral no publicada]. Universidad de Murcia.
- Mora, J. (1995). *Teoría del entrenamiento y del acondicionamiento físico*. COLEF.
- Moscovici, S. (1993). *Psicología social, Tomo II: Pensamiento y vida social*. *Psicología social y problemas sociales*. Editorial Paidós.
- Quiroga (de), A. P. (2003). *Matrices de aprendizaje*. Ediciones Cinco.

- Real Academia Española. (2019). Sedentario. En Diccionario de la lengua española (edición en línea).
- Ros, J. A. (2007). Actividad física + salud. Hacia un estilo de vida activo. Consejería de Sanidad.
- Sánchez Bañuelos, F. (1996). La actividad física orientada hacia la salud. Biblioteca Nueva.
- Shephard, R. J. (1995). Physical activity, health and well-being at different life stages. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 66(4), 298-302.
- Tercedor, P. (2001). Actividad física, condición física y salud. Wanceulen.
- Weiss, M. R. & Williams, L. (2004). El porqué de la participación deportiva juvenil: Una perspectiva evolutiva de los procesos motivacionales. En M. R. Weiss (Ed.), *Psicología del desarrollo del deporte y el ejercicio: Una perspectiva a lo largo de la vida* (pp. 223-268). Tecnología de la información sobre el fitness.

# ANEXOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## Entrevista para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte

En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?

¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?

Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban

En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba

¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?

¿Sus hijos realizan actividad física?

¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?

Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?

¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?

Qué opinión tiene respecto a:

¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 1 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

### **En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Sí tuve posibilidad de hacer actividad física, que era jugar a la pelota, jugar al fútbol. Primeramente, en esos tiempos era en los barrios y era por una cuestión de que era lo único por ahí que teníamos más cercano.

Porque los tiempos cambian y bueno, hoy tenemos más como más cerca de todo lo que es la actividad física y tenemos más información sobre todas las actividades físicas que hay y son más diversas.

Después también realizábamos actividad física en los colegios, que en los colegios por ahí era un poco más variado, según en el año que estuvieras en la primaria te daban actividad física vóley, Handball y atletismo. Solo era un poco de cada cosa, pero lo que más hice fue fútbol.

### **¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Porque era lo que en el barrio se hacía, te juntabas con amigos y era lo que se hacía, que era el fútbol, o sea, en pocas palabras era jugar al fútbol todo el día. Primeramente, con los amigos, después en un club barrial donde se hacían campeonatos barriales.

### **Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

Llevarme no, nos juntábamos por ahí, como era con los amigos del barrio, lo de la cuadra, lo de la manzana, nos juntábamos en alguna casa y ahí íbamos todos juntos para lo que eran los partidos que se jugaban por algún campeonato y después no era que se entrenaba, sino que vos jugabas como cualquier juego de chico.

Pero bueno, como varones siempre por ahí elegía lo que era el fútbol. Entonces, con tus amigos una forma de poder entrenar o hacer algo, pero que lo hacíamos inconscientemente era jugando a la pelota con los amigos del barrio.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

### **¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

No, en la actualidad no estoy haciendo, no estoy realizando actividad física por una cuestión de salud, ya que tengo una insuficiencia renal crónica donde, bueno, esa enfermedad hace que el cuerpo se empiece a deteriorar de a poco.

En un principio, los primeros años, lo que hacía era caminar y Caminaba 1 hora y media, 2 horas.

Pero hoy se me dificulta un montón hacerlo, así que intenté también hacer lo que es gimnasio, pero por una cuestión de que me salieron otras cosas, otras cuestiones de salud, que era

el corazón, tenía un problema cardíaco, no pude, no puedo realizar actividad física. Podría hacerlo, pero limitado, pero no lo estoy haciendo.

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Mis hijos sí, tengo dos hijos, uno está haciendo fútbol, lo que es el Futsal o fútbol y también fútbol de liga, los fines de semana y mi otro hijo hasta el año pasado estuvo haciendo boxeo, pero bueno, ahora tuvo que dejar porque como que no encuentra su lugar en lo que es el deporte, pero hizo un par de actividades, un par de deportes anduvo viendo por dónde poder realizar algún tipo de actividad, anda en la búsqueda.

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Ellos anduvieron viendo a ver cuál era su lugar en el deporte, qué tipo de deporte le gustaba, yo nunca los obligue a nada, sino simplemente le aconsejaba que para la edad que ellos tienen era necesario que hicieran un deporte. Por eso estuvieron haciendo handball, básquet, vóley, fútbol, también el tema de gimnasio, el que hacía boxeo, hizo gimnasio también, fue al gimnasio e hizo un par de rutinas y eso. Pero lo eligieron ellos las actividades. Y lo eligieron porque es lo que por ahí le gustaba. Había actividades físicas o deportes que no conocían, lo conocían de vista y querían empezar como para ver de qué se trataba. Pero los deportes lo han elegido siempre ellos.

### **Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Hoy ha cambiado un montón lo que es la actividad física. Antes era muy marcado, yo creo que antes era un tiempo muy machista que el varón hacía determinadas actividades físicas y la mujer determinadas actividades físicas. Hoy yo creo que el tema de la inclusión tiene mucho que ver en cualquier tipo de deporte, como por ejemplo en el fútbol que hoy incluye nenas a los equipos de varones no en la edad alta, pero sí en la parte de lo que es chicos. Así en todas las actividades,

hay muchas actividades mixtas, muchos deportes mixtos que se fueron incluyendo con el pasar de los años.

**En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar**

Hay uno de los dos, uno de mis dos hijos que este año no está haciendo actividad física y el por qué no lo está haciendo, por ahí es lo que decían las preguntas anteriores, no ha encontrado su lugar y también es una cuestión está de los papás, nosotros aconsejamos a que debe sentirse bien dentro de la actividad que hagan, puedan estar cómodos, puedan aprender, pero hoy creo que los chicos están como muy acelerados, quieren todo ya, quieren aprender todo ya y como ven tanto en la televisión como en las redes sociales y todo de que los chicos empiezan desde muy temprana edad a ser profesionales, piensan que haciendo una actividad en poco tiempo ellos pueden llegar a ser ese tipo de persona y sí puede pasar, pero es un caso de un millón, entonces uno por ahí intenta que vean esa parte de decir, bueno, me pongo acá a hacer este tipo de actividades físicas o deporte porque sé que me sirve para determinadas cosas en mi cuerpo o porque en un futuro puedo llegar a tener posibilidades profesionalmente, pero eso lleva tiempo y es lo que hoy por ahí los chicos no quieren tener no quieren tener un tiempo.

Por ejemplo, el boxeo necesita de mucha disciplina, mucha responsabilidad de parte del chico y con las actividades que por ahí él tenía sintió mucho el agotamiento, porque eran actividades de todos los días muy exigente, porque hay que tener mucha disciplina en el boxeo mucha responsabilidad y disciplina y por eso dejó de ir.

Pero, así como dejó de ir a esa actividad, dejó todas las otras porque fue probando y ya te digo tratando de encontrar su lugar. Pero bueno, es una cuestión de que tienen que saber que es bueno para su salud.

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

El sedentarismo no es bueno. No es bueno, porque el cuerpo se va acostumbrando a eso y después es como que se le hace muy difícil salir desde ese lugar.

Inclusive hoy yo creo que lo estoy viendo en mi hijo donde dejo de hacer la actividad automáticamente empiezan a tener sobrepeso, tiene que ver mucho también con la alimentación y el no hacer ningún tipo de deporte eso es como que te acerca más a eso, a lo que es el sedentarismo.

Pero bueno, uno como papá siempre tratando de aconsejar y no de una manera para que el chico lo tome a mal, sino para tratar de enseñarle de que no es bueno el sedentarismo. Pero bueno, eso lleva a otras cuestiones también que es la discriminación por el exceso de peso, y eso no está bueno porque trae otras consecuencias.

Como, por ejemplo, el exceso de peso, la mala alimentación, en el colegio esto que decía recién de la discriminación, pero bueno, siempre tratando de acompañarlo y decirle el porqué, la importancia de hacer actividad física.

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

La actividad física es buena para nuestra salud, para nuestro cuerpo, porque influye en todos los aspectos de nuestra vida, inclusive en el ánimo, en la forma en la cual uno afronta el día a día en cada uno de los trabajos que uno por ahí puede llegar a tener, en el caso de los chicos, en el tema del colegio, y estar con más ganas, estar con más pilas, una persona grande después del

trabajo y al no hacer actividad física, llegar a la casa y solamente pensar en dormir o estar descansando, sino de que la actividad física influye mucho en nuestra salud, ya sea en los órganos, en la circulación sanguínea en lo mental, es muy importante la actividad física.

Es muy importante, pero más que nada para nuestra salud. Nuestra salud corporal y mental. Y también que eso conlleva, el día a día con las personas que nosotros tenemos que convivir, que también, uno al estar cansado o no tener ganas de nada puede llegar a tener problemas inclusive dentro de la casa, de una familia. Pero la actividad física sirve un montón.

**Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

No, yo en mi caso creo que no, que no influye porque mis hijos saben la enfermedad que yo tengo y ellos saben las limitaciones que tengo, que en su momento cuando pude salir a caminar lo hacía, cuando por ahí podía hacer otras actividades también la hacía, yo creo que no influye, lo que influye es la información que nosotros le damos a ellos. Porque si no le daríamos información sobre lo bien que nos hace hacer actividad física, estaríamos fallando como papás porque le estaríamos perjudicando la salud a ellos.

Así que yo creo que en mi caso creo que no influye porque inclusive la mamá, nosotros somos padres separados, hace actividad física, también tiene esta cuestión, de una cuestión hormonal, tiene exceso de peso, pero que ellos ven que ella le pone su grano de arena todos los días como para poder hacer o realizar actividad física y creo que la enseñanza en los chicos va por el mirar, por el ver qué es lo que hacen los grandes como para poder imitarlos y después bueno, el acompañamiento de que uno por ahí le da como papá.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 2 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

### **En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

En mi infancia hice actividad física, recuerdo que íbamos con mi mamá al Fioravanti un centro deportivo municipal, allí daban gimnasia 3 veces a la semana era lunes miércoles y viernes a las 15 hs. y la acompañábamos con mi hermana y realizábamos la actividad. Los domingos íbamos al oratorio del colegio María Auxiliadora y allí patinábamos. Por otro lado, incursione en las danzas clásicas en una academia de Viedma.

Deporte hice en la secundaria más específicamente en 4 y 5 año teníamos en gimnasia el deporte handball en el colegio y participe de los Inter colegiales que se realizaban en Viedma.

### **¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Gimnasia en el Fioravanti hacíamos porque nos hacían precio por grupo familiar y después que no había mucha variedad en ese lugar como la hay ahora para elegir.

Patín era gratis porque éramos alumnas del colegio. Danza Clásica era porque iban todas las nenas en ese entonces, pero comprar la maya, los cancanes, las zapatillas de ballet más la cuota era algo caro, se tuvo que suspender la actividad, en ese momento se priorizaban otras cosas antes que una actividad física / deportiva. Y handball era el deporte que ofrecía la escuela.

### **Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

A gimnasia íbamos con mi mamá caminando porque nos quedaba a dos cuadras, en ese momento vivíamos en el barrio América.

Después cuando nos mudamos íbamos en bicicleta o coordinábamos con la profe que le quedaba de pasada y nos íbamos con ella.

Patín también nos llevaban o íbamos con alguna compañera de la escuela con la que habíamos organizado ir el día anterior en el grado. -

A Danza Clásica me llevaban porque quedaba en la costanera. Y handball ya ahí iba sola en bicicleta porque la clase era por la tarde. -

### **En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

El motivo hubiera sido el económico, en ese momento por más que trabajaban mis dos padres como empleados públicos y que ambos tuvieran trabajos por la tarde mi mamá costura y mi papá trabajo de gas, luz, agua y calefacción central, casi se vivía al día no es que nos faltara, pero tampoco sobraba mucho. Y como dije en la pregunta anterior no se priorizaba la actividad física como algo esencial, se pensaba que con lo que hacías en la escuela alcanzaba. -

### **¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Si realizo actividad física, porque me gusta y porque entiendo lo necesario que es y los beneficios que obtengo al hacerlo quiero llegar a mi vejez lo más saludable que se pueda y lo menos atrofiado que se pueda, sin movimiento uno se va entumeciendo. -

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Si y no, pero no es que no le ofrezcamos oportunidades solo que parece que no le gusta, desde los 3 años lleve a gimnasia recreativa hasta los 10 más o menos y dejo porque se aburría, probó hockey porque yo lo practico le compramos todo lo necesario para hacer la actividad pero no le gusto, probó karate también le compramos el traje pero no le gusto, probó fútbol también le compramos los botines tuvo la mala suerte que eran muy poquitas nenas y el profe tuvo que levantar la actividad, engancho con paddle pero el profesor levanto la actividad por falta de alumnos.-

Actualmente hace actividad física con su padre en la casa, salimos a caminar y andar en bicicleta. –

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

La actividad física en casa con su padre, la eligió porque algo tiene que hacer, por lo menos hasta que ella vea que puede elegir por voluntad propia sin que se lo impongan nosotros. -

### **Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Si y no, hay deportes que requieren un recurso económico que algunos papas no tienen por lo que los chicos no pueden acceder y terminan haciendo deportes accesibles o populares o tal vez que no les gustan, por lo que terminan no haciendo.

El tema está en que le guste y que no vayan por obligación o porque va algún amiguito como pasa la mayoría de las veces, en algunos casos le termina gustando o deja el amiguito y abandona la actividad. -

**En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar**

El motivo es porque es como un osito panda ama estar tranquila, poco movimiento, que vaya tranqui todo.

**¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Mi pensamiento es que es malo, aísla y genera enfermedades

**¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Es muy buena, como dicen es un cable a tierra.

**Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Yo creo que, si influye, si bien nosotros como papas somos activos y generamos cosas para que no sea sedentaria, yo creo que su forma de ser es sedentaria, pero no le aflojamos.

La pinchamos para que no lo sea, pero se nota que no le gusta para nada y que lo hace por obligación, yo creo que a futuro se va a dar cuenta de los beneficios de la actividad física, alimentación saludable, hábitos saludables porque también hay una cuestión estética y social, por más que se digan que no hay que hablar de los cuerpos, la sociedad aún sigue siendo cruel, creo que ahí le va dar importancia. –



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 3 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si. Mis papas nos brindaron la posibilidad de poder ir a la actividad que nos gustaba, podían pagar una cuota en el club donde iba.

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Porque iban mis compañeras de grado, eran mis amigas, con las que más me relacionaba.

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban.**

Nos juntábamos en la casa de una de las chicas, nos llevaban nuestros padres a la casa, y de ahí nos íbamos caminando porque el club quedaba cerca de la casa de mi amiga.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

### **¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

No hago actividad física hoy es muy leve lo que hago porque me fui quedando y me ganó, me ganó la vagancia, el sedentarismo.

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Mis hijos realizan actividad física uno hace fútbol y el otro hace natación.

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

No le elegimos las actividades, las eligieron ellos, uno el más grande por natación por cuestiones de mejorar su postura y el chiquito porque le gustó el fútbol como al padre y a todos sus hermanos.

### **Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Sí. Hay diversidad de actividades para los chicos buscando lo que a ellos les gusta no sé si de alta competición o no pero hay mucha variedad de deportes para que ellos hagan en varios clubes y otros lugares.

**En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar**

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Tiene muchas consecuencias negativas sobre la salud, salud física mental, se debilitan el sistema muscular el sistema óseo y comienzan a favorecer en realidad la aparición de enfermedades como la diabetes, enfermedades cardiovasculares. Es realmente un enemigo silencioso

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

La actividad física es fundamental para mantener un buen estado de salud tanto física y emocional ayuda mucho a mantener la independencia en las actividades a mantener o mejorar el equilibrio recuperar la estabilidad a mejorar la fuerza muscular, debería ser algo que practicáramos todos, no te digo en forma diaria pero varias veces a la semana o cotidianamente que sería lo ideal.

### **Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

No me parece, puede tener alguna influencia, pero no es la totalidad porque por ejemplo los míos los dos hacen actividad física los dos sin que nadie los obligue, ellos eligieron sus deportes van diariamente así que no me parece.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 4 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

### **En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si, concurría a las actividades que brindaba el municipio en el barrio. Las realizábamos en los días y horarios que estaban disponibles, en mi caso por las tardes, luego del horario escolar.

### **¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Para defensa personal, me gustaban las actividades de lucha, combate. También pensaba que me servía para poder defenderme en el barrio, en la escuela y para cuando sea grande. No imaginaba un espacio donde podía compartir con otros chicos principalmente los valores que nos inculcaban en nuestras casas.

### **Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

Por voluntad propia, porque me quedaba cerca de mi casa, en la junta vecinal del barrio. Fui por un compañero de la escuela, íbamos juntos, nos pasábamos a buscar.

En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba.

**¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Actualmente realizo. Porque me gusta y por salud. Siempre estuve ligado a las actividades de combate.

**¿Sus hijos realizan actividad física?**

Si

**¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Eligieron actividades de su gusto, previamente pasaron por otras actividades hasta quedarse con la actual

**Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Si, existen muchos lugares que ofrecen distintos deportes, como así también el municipio continúa ofreciendo actividades en las juntas vecinales. También en los gimnasios se observan que brindan actividades para los chicos. No solamente en los clubes, sino que en distintos lugares podés encontrar actividades para nuestros hijos.

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

**¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Estoy en contra, es necesario realizar algún tipo de actividad física, permite estar en movimiento y en contacto con otras personas, conocer otros grupos de amigos.

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Es necesaria para mejorar la salud integral, pensándola desde todos los beneficios que genera como por ejemplo salud emocional, bienestar físico, reducir riesgos de enfermedades etc.

### **Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Los hijos tienen en sus progenitores modelos y si ellos no realizan actividad física posiblemente los hijos tampoco, en mi entender también la motivación es un factor fundamental porque si uno como adulto no realiza actividades puede motivar e incentivar a sus hijos para que logren acceder a un espacio donde cuenten con actividades físicas.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 5 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Sí, en mi infancia tuve la posibilidad de hacer actividad física.

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Elegí jugar al tenis y bailar, porque me gustaban ambas prácticas, me resultaban divertidas y me permitían socializar y disfrutar de hermosas experiencias, incluso viajes de deportes.

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

Iba por voluntad propia, me entusiasmaba mucho ir y disfrutar de ese tiempo.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

**¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Actualmente realizo actividad física con regularidad, reconozco su importancia para la salud física y emocional. Me cuesta hacerme el tiempo, pero intento mantenerme activa en la vida diaria.

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Sí, mi hijo juega al fútbol.

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Él eligió el fútbol porque le apasiona, lo disfruta y también porque es un espacio de socialización con sus amigos.

Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os

Sí, creo que actualmente hay una gran diversidad de propuestas, aunque en algunos contextos puede haber barreras de acceso o estereotipos que aún limitan la participación de algunos niños y niñas.

**En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar**

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Creo que es uno de los principales problemas de salud hoy en día. El estilo de vida actual muchas veces nos lleva a movernos poco, y eso tiene consecuencias físicas y emocionales importantes. Aunque por otro lado cada día más se educa en la importancia de la actividad física y hay más conciencia sobre ello.

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Considero que la actividad física es fundamental para el desarrollo integral de las personas, no solo desde lo físico, sino también para la salud mental, la socialización y la formación de hábitos saludables.

### **Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Pienso que más allá de si los padres hacen o no actividad física, lo que realmente influye en los hijos es si los padres los acompañan, los motivan y los estimulan a que ellos mismos participen. El acompañamiento y el apoyo de la familia son claves para que los chicos tengan una relación positiva con la actividad física.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 6 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si, Taekwondo y Básquet desde muy chico y desde los 14 años continúe solo con Básquet.

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

La primera para aprender a defenderme y la segunda porque me gustaba y la realizaba con amigos.

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

En los primeros años me llevaban, luego ya con 10/11 años iba solo, y me volvía con algún compañero que vivía por el mismo barrio o cerca.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

### **¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Si, realizo canotaje de lunes a sábado y también bicicleta. Comencé para cuidar un poco mi salud y hoy en día me produce placer, la llamo mi terapia Psicofísica.

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Sí, tenemos 2 hijos, desde muy chicos realizaron actividades deportivas como gimnasia recreativa, judo, futbol, básquet y tenis.

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Como padres le decíamos que una actividad física tenía que hacer, fueron probando y hoy en día uno juega al Fútbol y el otro va al GYM, además de andar bastante en bici que una actividad que compartimos los tres.

Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os

Considero que en la actualidad hay una oferta amplia en actividades físicas.

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

El sedentarismo es cuando no realizamos suficiente actividad física, lo que se podría considerar unos factores de riesgo para nuestra salud. Y como exprese anteriormente creo que la actividad física nos ayuda a mantenernos saludables tanto en lo físico, Psicológico y social.

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Entiendo que la Actividad física es la posibilidad de realizar acciones con nuestro cuerpo, sin tener un compromiso de concurrir si o si, sin tener que estar a un horario y lugar ya planificado, comprendo que lo hago cuando puedo, lo ideal sería hacerlo todos los días, pero bueno de eso se trata de hacer actividad física al menos en los momentos disponibles. Por supuesto comprende la importancia de hacer A. física, nos sirve mucho para prevenir futuras enfermedades como así también para despejarnos.

### **Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Creo que nuestras acciones influyen en un 100% en nuestros hijos como referentes significativos y no solos en las actividades físicas.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 7 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si. En la escuela y por fuera de ella: básquet, atletismo.

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Por gusto

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban.**

Por propia voluntad, porque mis padres no recuerdo que me dijeran que tenía que hacer A. Física. Como tenía tiempo en esas edades, era como ir a jugar con otros chicos donde compartía los mismos pensamientos/ objetivos para realizar algo. Me gustaba el disfrute de esos espacios

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

**¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Si. Solamente por ser consciente del impacto sobre nuestra salud. Trato de participar de los partidos de futbol con compañeros de trabajo una vez a la semana. En los momentos que podemos como familia salimos a caminar por la costanera.

**¿Sus hijos realizan actividad física?**

Si. Vóley

**¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Elección de ella.

**Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/ Deportes para niñas/os**

Si

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

**¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Es una práctica/conducta insalubre

**¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Es saludable, promueve la sociabilidad, contrarresta el sedentarismo, es integrador.

**Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Creo en profesar con el ejemplo, asique si, si los padres no realizan deporte, es esperable que los niños tampoco

## Entrevista 8 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si, realice actividad física desde muy chica y en diversas disciplinas

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Por iniciativa de mi padre q practicaba tenis y otras disciplinas no recuerdo el desencadenante

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

Por propia iniciativa, pero motivado por mis padres.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

**¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

En la actualidad realizó bastante actividad física, para divertirme, mantenerme en buen estado físico y manejar el estrés

**¿Sus hijos realizan actividad física?**

Si, mis hijas realizan actividad física

**¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Por amigos, motivación de los padres y propia iniciativa

**Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Si, considero q hay una diversidad considerable, pero quizás no tantas opciones dentro de la misma disciplina (prestadores)

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

**¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Consideró q el sedentarismo es una conducta sumamente perjudicial p la salud integral

**¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Pienso que la actividad física es clave para la socialización, la actividad de la mente y la psiquis y obviamente para el desarrollo y el mantenimiento de las condiciones físicas

**Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Pienso q la relación de los padres con el deporte es un factor condicionante de la predisposición de los niños al deporte porque influye en la importancia que le dan, en el acompañamiento y en la insistencia con las rutinas y la disciplina.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 9 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si.

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Porque eran la que daban en el polideportivo Municipal, me quedaba cerca de casa y no tenían que abonar mucho dinero de cuota.

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

Por Voluntad, me gustaba hacer actividad física.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

**¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

No, por tiempos, por los horarios de mi trabajo se me complica para sostener una actividad.  
Y si a eso le sumo que mis hijos hacen deportes, los horarios y días son dedicados a ellos

**¿Sus hijos realizan actividad física?**

Si.

**¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Porque después de haber probado algunos deportes fue el que más le gusto.

**Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Si, en los últimos años puedo ver que tanto los espacios como las actividades se han ido incrementando. Cada vez se ven más personas haciendo deportes o caminando, utilizando los espacios al aire libre, es como que se va tomando más conciencia de los beneficios que trae la A. física. Siempre lo pienso, lastima no poder hacerme ese tiempo.

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

**¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

No es bueno con lleva problemas de salud.

**¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Que es buena no solo para la salud física, sino que mental.

**Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Sí, porque los padres son los que inculcan hábitos, conductas, etc. Si ellos ven a los padres que no hace ninguna actividad, lo pueden tomar como que es algo a imitar



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 10 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

Si, en algunas oportunidades.

**¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

Porque me gustaba, y a veces porque había lugar/vacantes.

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

Me llevaban.

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

En los momentos que no podía realizar las actividades, era porque mi mama no me podía llevar. (Padres separados)

### **¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Como mama realizo actividades, porque me siento bien cuando las hago, y por comprender que impacta de manera favorable en la salud.

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Mis hijos si realizan actividades

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Ellos eligieron sus actividades, en el caso del más grande probó con varias alternativas, termino eligiendo gimnasia artística, nos dijo que era la que le gustaba.

### **Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Consideramos que, si existen diversidades de propuestas para las edades de nuestros hijos, lo pudimos comprobar con las diversas alternativas que transitaron nuestros hijos.

### **En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar**

El tiempo que uno de nuestros hijos no realizaba era por no sentirse a gusto, no le gustaban los deportes por los que había probado, hasta que se sintió cómodo con las actividades que realiza en la actualidad, concurre con ganas.

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Considero que a largo plazo trae consecuencias negativas para la salud, por eso me parece que es importante construir un hábito desde temprana edad.

**¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Considero que es importante para el bienestar físico y emocional.

**Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Para mí sí influye, primero porque nuestros hijos hacen o copian lo que nosotros hacemos. Si nosotros les estamos inculcando que hagan actividades físicas porque les hace bien a la salud y nosotros no lo hacemos no predicaríamos con el ejemplo.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 11 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

En mí infancia no tuve la posibilidad de realizar actividad fis/ deporte.

*¿Porque eligió esa A. Física/Deporte?*

*Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban*

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

El motivo porque el cuál no realizaba deportes, era porque en mí localidad había poca oferta de disciplinas y las pocas que había, en ese momento eran aranceladas. Por ende, por la situación económica familiar ni mis hermanos ni yo asistíamos.

### **¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

En la actualidad como madre realizo actividad física de lunes a viernes. Los motivos, por lo cual lo realizo, es porque me gusta lo que hago, otro punto es que priorizo mi salud y me proyecto para tener una buena longevidad. Por otra parte, pretendo que si sostengo mis actividades en el tiempo y tengo disciplina, puedo ser referente para mi hija.

### **¿Sus hijos realizan actividad física?**

Con respecto a si mi hija realiza actividad, si lo hace.

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Elegió hacer fútbol porque destaca la socialización, el trabajo en equipo, la disciplina, las instancias de entrenamiento que le ofrecen beneficios de todo tipo.

### **Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Considero que existe diversidad en propuestas de Ac. Física / deporte para niñas/o, siendo propuestas de índole gratuitas o accesibles, a fin de promover la inclusión y el bienestar integral de los niños/as.

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Mi pensamiento acerca del Sedentarismo, hablamos de la inactividad física y social siendo contraproducente en todas las edades. Es importante las campañas y programas que promueven combatir el sedentarismo teniendo una construcción colectiva que garantice la salud y los espacios socio recreativos.

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Opino que la actividad física es fundamental en la vida de las personas, aporta beneficios de índole físico, emocional y mental.

### **Qué opinión tiene respecto a:**

**¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)**

Considero que hay padres que no interfieren en las actividades de sus hijos, al contrario, acompañan desde lo emocional y respetan el deseo del niño/ a de hacer actividad. Siendo quizás este un indicador motivador para que los padres quieran iniciar con buenos hábitos saludables.

No obstante, si esos padres no acompañan ni apoyan a ese niño/a, en tener disciplina en la actividad elegida es probable que no se sostenga en el tiempo porque los padres pueden ser grandes obstaculizadores.



UNIVERSIDAD NACIONAL DE RIO NEGRO  
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA

## **Entrevista 12 para cumplir con los requisitos finales para la obtención del título de Lic. En Educación Física y Deporte**

**En su infancia tuvo la posibilidad de realizar actividad física/deporte?**

No, de niña no.

**Porque eligió esa A. Física/Deporte?**

**Recuerda si iba por propia voluntad o lo llevaban**

**En el caso de no haber realizado A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no realizaba**

No me gustaba hacer actividad física, solo en la escuela, tampoco recuerdo que mis padres me hayan motivado o alentado para realizarlas.

**¿En la actualidad como padre usted realiza actividad física? ¿Por qué motivos?**

Si, realizo. Hoy por una cuestión de bienestar físico/ psicólogo.

**¿Sus hijos realizan actividad física?**

Si mis hijos realizan actividades. Por demanda de los peques.

### **¿Porque eligió/eron esa A. Física/Deporte?**

Porque nosotros como padres buscamos alternativas para que puedan anotarse y fijarse si les gustaban, terminaron eligiendo deportes en el cual iban sus compañeros de escuela.

### **Considera que existe diversidad en propuestas de A. Físicas/Deportes para niñas/os**

Si. Hay muchas, algunas son con costos y otras son con costos muy accesibles y otras son gratuitas, esto hace que haya opciones para todas las clases sociales.

En el caso de que sus hijos no realicen A. Física/Deporte logra reconocer el/los motivo/s por la cual no pueden participar

### **¿Cuál es su pensamiento respecto al sedentarismo?**

Es perjudicial para la salud física y psicológica.

### **¿Qué opinión tiene respecto a la actividad física?**

Actividad física, es favorable, te hace sentir más saludable. Con el tiempo sentís que tú cuerpo tiene más potencia. Podes descansar mejor a la hora de conciliar el sueño. Aumenta el apetito y te hace más consciente a la hora de seleccionar alimentos.

Qué opinión tiene respecto a:

¿Influye el sedentarismo de los progenitores en la realización de actividad física de los hijos? (Si los padres no hacen actividad física, sí eso influye en los hijos usted qué piensa)

Si influye en las infancias. El tutor, padres, alientan a sus hijos a realizar actividades físicas. Motivarlos para que continúen.

# **MATRIZ DE DATOS CUALITATIVOS**

REPRESENTACIÓN SOCIAL				
CATEGORIA	ENTREVISTAS			
	N.º 1	N.º 2	N.º 3	N.º 4
SEDENTARISMO DE LOS PROGENITORES	“...No estoy realizando actividad física por una cuestión de salud, ya que tengo una insuficiencia renal crónica...”	“...Si realizo actividad física, porque me gusta y porque entiendo lo necesario que es y los beneficios que obtengo al hacerlo...”	“...No hago actividad física hoy es muy leve lo que hago porque me fui quedando y me ganó, me ganó la vagancia, el sedentarismo...”	“...Actualmente realizo. Porque me gusta y por salud...”
	N.º 5	N.º 6	N.º 7	N.º 8
	“...Me cuesta hacerme el tiempo, pero intento mantenerme activa en la vida diaria...”	“...Comencé para cuidar un poco mi salud y hoy en día me produce placer, la llamo mi terapia Psicofísica...”	“...Si. Solamente por ser consciente del impacto sobre nuestra salud...”	“...En la actualidad realizó bastante actividad física, para divertirme, mantenerme en buen estado físico y manejar el estrés...”
	N.º 9	N.º 10	N.º 11	N.º 12
	“...No, por tiempos, por los horarios de mi trabajo se me complica para sostener una actividad. Y si a eso le sumo que mis hijos hacen deportes, los horarios y días son dedicados a ellos...”	“...Como mama realizo actividades, porque me siento bien cuando las hago, y por comprender que impacta de manera favorable en la salud...”	“...realizo, es porque me gusta lo que hago, otro punto es que priorizo mí salud y me proyecto para tener una buena longevidad...”	“...Si, realizo. Hoy por una cuestión de bienestar físico/ psicólogo...”

REPRESENTACIÓN SOCIAL				
CATEGORÍA	ENTREVISTAS			
	N.º 1	N.º 2	N.º 3	N.º 4
PERCEPCIÓN DEL SEDENTARISMO	<p>“...No es bueno, porque el cuerpo se va acostumbrando a eso y después es como que se le hace muy difícil salir desde ese lugar...”</p>	<p>“...Mi pensamiento es que es malo, aísla y genera enfermedades...”</p>	<p>“... Es realmente un enemigo silencioso...”</p>	<p>“...Estoy en contra, es necesario realizar algún tipo de actividad física, permite estar en movimiento y en contacto con otras personas, conocer otros grupos de amigos...”</p>
	N.º 5	N.º 6	N.º 7	N.º 8
	<p>“...El estilo de vida actual muchas veces nos lleva a movernos poco, y eso tiene consecuencias...”</p>	<p>“...El sedentarismo es cuando no realizamos suficiente actividad física...”</p>	<p>“...Es una práctica conducta insalubre...”</p>	<p>“...Considero que el sedentarismo es una conducta sumamente perjudicial p la salud integral...”</p>
	N.º 9	N.º 10	N.º 11	N.º 12
<p>“...No es bueno con lleva problemas de salud...”</p>	<p>“...Considero que a largo plazo trae consecuencias negativas para la salud, por eso me parece que es importante construir un hábito desde temprana edad...”</p>	<p>“...Mi pensamiento acerca del Sedentarismo, hablamos de la inactividad física y social siendo contraproducente en todas las edades...”</p>	<p>“...Es perjudicial para la salud física y psicóloga...”</p>	

REPRESENTACIÓN SOCIAL				
CATEGORIA	ENTREVISTAS			
	N.º 1	N.º 2	N.º 3	N.º 4
ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS HIJOS	<p>“...Ellos anduvieron viendo a ver cuál era su lugar en el deporte, qué tipo de deporte le gustaba, yo nunca los obligue a nada...”</p>	<p>“...La actividad física en casa con su padre, la eligió porque algo tiene que hacer, por lo menos hasta que ella vea que puede elegir por voluntad propia sin que se lo impongamos nosotros...”</p>	<p>“...No le elegimos las actividades, las eligieron ellos, uno el más grande por natación por cuestiones de mejorar su postura y el chiquito porque le gustó el fútbol como al padre y a todos sus hermanos...”</p>	<p>“...Eligieron actividades de su gusto, previamente pasaron por otras actividades hasta quedarse con la actual...”</p>
	N.º 5	N.º 6	N.º 7	N.º 8
	<p>“...Él eligió el fútbol porque le apasiona, lo disfruta y también porque es un espacio de socialización con sus amigos...”</p>	<p>“...Como padres le decíamos que una actividad física tenía que hacer, fueron probando y hoy en día uno juega al Fútbol y el otro va al GYM...”</p>	<p>“...Elección de ella...”</p>	<p>“...Por amigos, motivación de los padres y propia iniciativa...”</p>
	N.º 9	N.º 10	N.º 11	N.º 12
	<p>“...Porque después de haber probado algunos deportes fue el que más le gusto...”</p>	<p>“...Ellos eligieron sus actividades, en el caso del más grande probó con varias alternativas, termino eligiendo gimnasia artística, nos dijo que era la que le gustaba...”</p>	<p>“...Elegió hacer fútbol porque destaca la socialización, el trabajo en equipo, la disciplina, las instancias de entrenamiento que le ofrecen beneficios de todo tipo...”</p>	<p>“...terminaron eligiendo deportes en el cual iban sus compañeros de escuela...”</p>

REPRESENTACIÓN SOCIAL				
CATEGORIA	ENTREVISTAS			
	N.º 1	N.º 2	N.º 3	N.º 4
PERCEPCIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA	“...La actividad física es buena para nuestra salud, para nuestro cuerpo, porque influye en todos los aspectos de nuestra vida...”	“...Es muy buena, como dicen es un cable a tierra...”	“...La actividad física es fundamental para mantener un buen estado de salud tanto física y emocional...”	“...Es necesaria para mejorar la salud integral, pensándola desde todos los beneficios...”
	N.º 5	N.º 6	N.º 7	N.º 8
	“...Considero que la actividad física es fundamental para el desarrollo integral de las personas...”	“...Por supuesto comprende la importancia de hacer A. física, nos sirve mucho para prevenir futuras enfermedades como así también para despejarnos...”	“...Es saludable, promueve la sociabilidad, contrarresta el sedentarismo, es integrador...”	“...Pienso que la actividad física es clave para la socialización, la actividad de la mente y la psiquis...”
	N.º 9	N.º 10	N.º 11	N.º 12
	“...Que es buena no solo para la salud física, sino que mental...”	“...Considero que es importante para el bienestar físico y emocional...”	“...la actividad física es fundamental en la vida de las personas...”	“...Actividad física, es favorable, te hace sentir más saludable...”

REPRESENTACIÓN SOCIAL				
CATEGORIA	ENTREVISTAS			
	N.º 1	N.º 2	N.º 3	N.º 4
<b>INFLUENCIA DEL SEDENTARISMO DE LOS PROGENITORES EN LA REALIZACIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA DE LOS HIJOS</b>	<p>“...Creo que la enseñanza en los chicos va por el mirar, por el ver qué es lo que hacen los grandes como para poder imitarlos y después bueno, el acompañamiento de que uno por ahí le da como papá...”</p>	<p>“... Yo creo que, si influye, si bien nosotros como papas somos activos y generamos cosas para que no sea sedentaria...”</p>	<p>“... No me parece, puede tener alguna influencia, pero no es la totalidad...”</p>	<p>“... Los hijos tienen en sus progenitores modelos y si ellos no realizan actividad física posiblemente los hijos tampoco...”</p>
	<b>N.º 5</b>	<b>N.º 6</b>	<b>N.º 7</b>	<b>N.º 8</b>
	<p>“...Lo que realmente influye en los hijos es si los padres los acompañan, los motivan y los estimulan a que ellos mismos participen...”</p>	<p>“... Nuestras acciones influyen en un 100% en nuestros hijos como referentes significativos...”</p>	<p>“... Creo en profesar con el ejemplo, asique si, si los padres no realizan deporte, es esperable que los niños tampoco...”</p>	<p>“...Los padres con el deporte es un factor condicionante de la predisposición de los niños al deporte porque influye en la importancia que le dan...”</p>
	<b>N.º 9</b>	<b>N.º 10</b>	<b>N.º 11</b>	<b>N.º 12</b>
	<p>“...Si ellos ven a los padres que no hace ninguna actividad, lo pueden tomar como que es algo a imitar...”</p>	<p>“... Si nosotros les estamos inculcando que hagan actividades físicas porque les hace bien a la salud y nosotros no lo hacemos no predicaríamos con el ej..”</p>	<p>“...Hay padres que no interfieren en las actividades de sus hijos, al contrario, acompañan desde lo emocional y respetan el deseo del niño/a...”</p>	<p>“... Si influye en las infancias. alientan a sus hijos a realizar actividades físicas. Motivarlos para que continúen...”</p>