



## Deporte y juventud. El cuidado y preservación de la mente y cuerpo juvenil a través de actividades deportivas

**Edith Cortés Romero**

Profesora de Tiempo Completo de la Licenciatura en Comunicación de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx).

**Graciela Baca Zapata**

Coordinadora de Titulación en el Instituto Educativo al Servicio Educativo Superior, Toluca, Estado de México.

## RESUMEN

---

El presente artículo tiene como propósito reflexionar sobre el binomio jóvenes-deporte, a partir de la Ingeniería en Comunicación Social del deporte. Se parte del cuestionamiento ¿qué hay en la configuración de los modelos sobre el deporte y la juventud actualmente?

El artículo se divide en tres apartados: el primero aborda la Ingeniería en Comunicación Social, como propuesta para aproximarnos al deporte, y con ella investigar la situación actual del deporte en relación con la juventud. En el segundo, se presentan los primeros referentes del diagnóstico del deporte-juventud, a través de los Programas que han sido destinados a este sector; y en el último apartado se habla sobre la Dirección General de Cultura Física y Deporte del Estado de México, como un área para abordar el tema (cuidado y preservación del cuerpo juvenil).

**PALABRAS CLAVE:** jóvenes, deporte, comunicación, alto rendimiento, deporte social.

## ABSTRACT

---

The purpose of this article is to reflect on the binomial youth and sport starting from the Social Communication Engineering of Sport. Be part of the questioning, what is in the configuration of the models about sport and youth today? The text is made up of three sections: in the first one, Social Communication Engineering is boarded as the proposal to approach sport to investigate the present situation of sport in relation to youth. In the second section, the first references of the diagnosis of sport - youth are presented based on the programs that have been destined to this sector. Finally, we refer to the General Directorate of Physical Culture and Sports of the State of Mexico as an area to address the issue of care and preservation of the youth body.

**KEYWORDS:** young, sport, communication, high-performance, social physical activities.

# Deporte y juventud. El cuidado y preservación de la mente y cuerpo juvenil a través de actividades deportivas

Edith Cortés Romero |  
Graciela Baca Zapata |

*“Todo lo que un país invierta en deportes se ahorra en la construcción de hospitales”  
Mariano Guiraldes*

## INTRODUCCIÓN

**E**l Grupo de Trabajo “Deporte, Cultura y Sociedad”, de la Asociación Mexicana de Investigadores de la Comunicación (AMIC), estudia el deporte en relación con la cultura y la sociedad; su misión es permitir el contacto a través del diálogo, la discusión y el intercambio de ideas entre especialistas interesados en estudiar y reflexionar sobre los fenómenos relacionados con el deporte. A partir de esos encuentros, y bajo la batuta del autor Galindo, surge la pregunta ¿es posible una Ingeniería en Comunicación aplicada al deporte?

La respuesta está en la Comunicología, al brindar las herramientas para observar y construir visiones estructuradas de la vida social, lo cual permite dar cuenta de las operaciones que se configuran en esos procesos de estructuración, en este caso, en el deporte, como sistema de comunicación que resulta un operador directo del espacio social.

Aproximarnos al estudio del deporte da la posibilidad de conocer cómo funciona una sociedad y cómo operan los deportes, sin dejar de lado que la mayoría de éstos implican un aspecto de competitividad que está ceñido a una serie de reglas para que las prácticas deportivas tengan control y lugar en la sociedad.

Desde la perspectiva académica, el deporte no es un tema de agenda principal, sino de agenda periodística; sin embargo, la Comunicología presenta una visión diferente que admite la existencia de sistemas de comunicación que mejoran las posibilidades de supervivencia de los sistemas de información en la sociedad (Galindo, 2011). Este artículo es

El deporte, en tanto matriz de comunicación social, puede o no construir ciudadanos; por ello, es importante realizar estudios sobre éste para comprender la configuración social.

parte del proyecto de investigación “Ingeniería en Comunicación del Deporte: del cuerpo y la cultura física en el Estado de México”, el cual pretende dar cuenta del deporte en el Estado de México.

## COMUNICOLOGÍA DEL DEPORTE

De acuerdo con Galindo (2011), el deporte es una configuración de sistemas de información y comunicación en procesos dinámicos de dominación y colaboración, mismo que se aborda desde una perspectiva comunicológica y como matriz de comunicación. Según Alabarces (1998, p. 06), el deporte puede ser visto como cultura, ya que “recorre formaciones donde se articulan sentidos sociales en distintos soportes, interpellando una diversidad de sujetos; de manera plural, polisémica, hasta contradictoria”.

Esto, si se entiende como una formación social que parte del proceso de civilización, como apunta Norbert Elías, ya que permite conocer las formas de confrontación, emoción y satisfacción, a partir de una serie de reglas que marcan las formas de juego. Según Galindo (2011), existen dos tipos de configuración para observar el deporte en tanto esa composición y organización comunicológica:

1. Los individuos, los equipos, las partidas, los campeonatos, las ligas como sistemas de información o sistemas de comunicación.
2. Las configuraciones normativas sociales, culturales y de preceptiva deportiva que pueden ser vistas como sistemas de información o sistemas de comunicación.

El programa metodológico y de Ingeniería en Comunicación Social del deporte se centra en dos actividades: diagnosticar problemas y diseñar soluciones. Galindo (2011) explica que la relación de las propuestas de Daniel Reséndiz y Jesús Ibañez, aporta los elementos para la investigación desde la Ingeniería en Comunicación Social.

Galindo (2011) justifica dicha relación, en tanto que Reséndiz señala su programa de acción, a través de dos tipos de operación:



diagnosticar problemas y diseñar soluciones de acuerdo con los elementos y componentes que lo integren. Ibañez, por su parte, refiere que las tecnologías de investigación social se pueden dividir en tecnologías de observación-análisis y tecnologías de acción e intervención.

### Diagrama 1. Tecnologías de Investigación Social y de Ingeniería Social



Fuente: elaboración propia con base en Galindo (2011).

La Ingeniería en Comunicación Social del Deporte es entendida como un sistema de la vida cotidiana, donde es posible ver que existe un presente que resulta de un pasado y que promoverá un futuro. Esa Ingeniería advierte la vida cotidiana como un conjunto de relaciones sociales y culturales que se organizan en Sistemas de Comunicación y Sistemas de Información, los cuales sintetizan el quehacer humano en dos dimensiones tiempo-espacio y espacio-tiempo (Galindo, 2014).

Los sistemas de información son cualquier configuración de determinado comportamiento (el sentido), lo que se denominan rasgos culturales. Es un pasado estabilizado que nos ordena y son trayectorias estables que se reproducen de generación en generación.

La Comunicología es una propuesta científica sobre la comunicación social que permite observar cómo suceden las posibilidades de convivencia (García, 2016); para nuestro caso, se indaga en las situaciones presentes del deporte y la juventud con el fin de identificar el estatus de los sistemas de información y sistemas de comunicación.

Mientras que los sistemas de comunicación son el presente, el lugar donde este mismo se verifica; es decir, son los momentos de los sistemas de información pertenecientes a una ecología social que se relacionan con situaciones concretas.

Si observamos al deporte como una tecnología social y nos preguntamos qué hacen los jóvenes con el deporte, se puede ver que éste tiene diferentes vertientes, entre ellas el deporte de alto rendimiento y el deporte social.

## EL DEPORTE COMO TECNOLOGÍA SOCIAL

¿Por qué aproximarnos al binomio deporte-jóvenes? ¿Qué hay detrás de esa configuración de modelos sobre el deporte y la juventud? ¿Cómo se puede promover con eficiencia y eficacia la práctica deportiva a partir de una dinámica de colaboración? ¿Qué Programas existen para la promoción deportiva de la juventud? ¿Cuál es la relación y participación ciudadana en el deporte? Cuestionamientos que ayudan a realizar un diagnóstico sobre dicho binomio.

En principio, nos referiremos a los sistemas de información que encontramos en la Ley de Cultura Física y Deporte (Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión, 2013), artículo 5, donde se plasman los conceptos sobre el deporte, los cuales son fundamentales para abordar el tema:

- I. Educación física: el medio fundamental para adquirir, transmitir y acrecentar la cultura física.
- II. Cultura física: conjunto de bienes, conocimientos, ideas, valores y elementos materiales que el hombre ha producido con relación al movimiento y uso de su cuerpo
- III. Actividad física: actos motores propios del ser humano, realizados como parte de sus actividades cotidianas.
- IV. Recreación física: actividad física con fines lúdicos que permiten la utilización positiva del tiempo libre.
- V. Deporte: actividad física, organizada y reglamentada, que tiene por finalidad preservar y mejorar la salud física y mental, el desarrollo social, ético e intelectual, con el logro de resultados en competiciones.



- VI. Deporte social: el deporte que promueve, fomenta y estimula el que todas las personas sin distinción de género, edad, discapacidad, condición social, religión, opiniones, preferencias o estado civil, tengan igualdad de participación en actividades deportivas con finalidades recreativas, educativas y de salud o rehabilitación.
- VII. Deporte de rendimiento: el deporte que promueve, fomenta y estimula el que todas las personas puedan mejorar su nivel de calidad deportiva como aficionados, pudiendo integrarse al deporte de alto rendimiento, o en su caso, sujetarse adecuadamente a una relación laboral por la práctica del deporte.
- VIII. Deporte de alto rendimiento: el deporte que se practica con altas exigencias técnicas y científicas de preparación y entrenamiento, que permite al deportista la participación en preselecciones y selecciones nacionales que representan al país en competiciones y pruebas oficiales de carácter internacional.
- IX. Activación física: ejercicio o movimiento del cuerpo humano que se realiza para mejora de la aptitud y la salud física y mental de las personas.

Los sistemas de información de la Ley de Cultura física y Deporte nos indican cómo se conceptualiza esta acción y cómo se va apoyar a partir de las diversas posibilidades en que se puede presentar. En tal sentido, y de acuerdo con el socioanálisis que apunta Galindo (2011), debemos problematizar el deporte para encontrar los elementos que involucran a los jóvenes.

Desde la antigüedad versaba el proverbio griego “mente sana en cuerpo sano”, como precepto para mantener el cuidado corporal y mental, elementos que son interdependientes en el desarrollo del ser humano, por lo que cada civilización estableció los preceptos básicos para regir y mantener una filosofía, y con ello ejercitar a determinados sectores de la población, desde los juegos olímpicos hasta las políticas de vida fitness. Pero, en qué medida los jóvenes se involucran en la preservación y cuidado de la existencia física y mental ante una sociedad global que reporta sedentarismo por el uso de dispositivos móviles.

Es imperante mantener la vitalidad física en cada aspecto que involucra su cuidado y preservación: la alimentación; el funcionamiento de cada sistema del cuerpo humano, pues de ello depende identificar las enfermedades que pueden alterar la normalidad o funcionalidad de los órganos; y la práctica de actividades físicas, ya sea un deporte de forma profesional o actividades cotidianas (caminar, correr o bailar como parte de la construcción de una vida sostenible y saludable). Sobre las políticas del Instituto Mexicano de la Juventud (2010) se afirma:

Resulta fundamental impulsar la práctica del deporte no solo como una actividad que contribuya al sano desarrollo de las y los jóvenes del país, sino también, promoverlo desde una perspectiva que permita entenderlo como herramienta eficaz para promover la paz y alcanzar los objetivos de desarrollo sostenible de la Agenda 2030.

Con referencia a los objetivos de la Agenda 2030, se reconoce que el deporte es un facilitador en el desarrollo sostenible porque es un medio dinámico y lúdico para mejorar las condiciones de vida de la población, además, se reconoce que su práctica contribuye a hacer realidad el desarrollo de la paz, promoviendo la tolerancia y el respeto, y que respalda también el empoderamiento de las mujeres y los jóvenes, las personas y las comunidades, así como los objetivos en materia de salud, educación e inclusión social.

Es alarmante que en México y el mundo se incrementen los problemas de salud asociados a los hábitos de vida sedentarios, considerando que adolescentes y jóvenes pasan la mayor parte de su tiempo frente a dispositivos móviles, los cuales se convierten en un medio de aprendizaje y socialización, pero disminuyen los espacios de activación y acondicionamiento físico.

Ramos y Quintela (2014) refieren que “el ser humano, si sigue con este aumento de sedentarismo está firmando un pacto por adelantado con la muerte; se está condenando a cadena perpetua con una silla o con el sillón de su casa u oficina.”

De las amenazas de la mortalidad en el contexto internacional, cinco son enfermedades no transmisibles, es decir evitable, o controlables solo con actividad física. La población muere por sobrepeso,



diabetes, hipercolesterolemia, hipertensión arterial, y enfermedades cardiovasculares, todas desarrolladas por el aparentemente inocuo y silencioso virus del sedentarismo. Los niños y jóvenes deben invertir como mínimo 60 minutos en actividades físicas, con la opción de realizar distintas actividades en intervalos más cortos (dos sesiones de 30 minutos).

- A nivel corporal: elimina grasas, previene la obesidad, mejora la capacidad respiratoria, y de los músculos, combate la osteoporosis, mejora la resistencia la fuerza, etcétera.
- A nivel psíquico: tiene efectos tranquilizantes, antidepresivos, nos proporciona bienestar, y elimina el estrés, previene el insomnio y regula el sueño.
- A nivel socioafectivo: estimula la iniciativa, canaliza la agresividad, nos enseña a aceptar y superar las derrotas, asumir responsabilidades, y aceptar normas. Favorece y mejora la autoestima (Ramos y Quintela, 2014)

Moreno (2015) afirma que “con la promoción y el fomento del deporte han sido abordados desde organizaciones internacionales, gobiernos locales, la sociedad civil y empresas privadas”. En la agenda internacional, nacional y municipal se establecen líneas de acción para fomentar la cultura física y deporte entre la población.

Es frecuente que durante los fines de semana se cierren avenidas y calles principales de ciudades en México o de municipios, con el objetivo de acondicionar un espacio para que la población camine, corra, de paseos en bicicletas o realice actividades físicas.

En el Estado de México, el diseño de la política pública enfocada a una participación directa y activa de los municipios en materia de deporte se refleja en la nueva Ley de Cultura Física y Deporte, la cual establece la obligatoriedad de que los municipios cuenten con un Instituto de Cultura Física y Deporte, sin embargo ésta es ambigua y presenta vacíos en cuanto a las facultades y atribuciones de dichos institutos (Moreno, 2015).

Las políticas de fomento del deporte son interdependientes con las estrategias de acción de la salud y educación, ya que representan

Los sistemas de información, a partir de Programas, se convierten en sistemas de comunicación para que los ciudadanos participen en actividades deportivas.

espacios en los que se requiere fortalecer la práctica de deportes y actividades de desarrollo físico, como parte elemental de las actividades escolares, pues suele relegarse como parte del trabajo de las materias optativas de educación física, sin enfatizar que su práctica y beneficio es transversal en la dinámica escolar.

## EL CUIDADO Y PRESERVACIÓN DE LA MENTE Y CUERPO JUVENIL

Para el caso del Estado de México, la Dirección de Cultura Física y Deporte señala que las actividades que promueve son el apoyo al público en materia de actividad física y desarrollo del talento deportivo, lo que conlleva apoyo a deportistas de iniciación y de alto rendimiento. Asimismo, dentro del catálogo de Programas Sociales para adolescentes del Estado de México se encuentran tres programas deportivos:

1. Fomento de actividades deportivas y recreativas: mejorar el deporte social con la realización de competencias y llevar un proceso de talentos deportivos de diferentes disciplinas.
2. Impulso y fortalecimiento del Deporte de Alto Rendimiento: apoyar al deporte de alto rendimiento y elevar el nivel competitivo.
3. Deporte adaptado: fomentar la cultura física en población con capacidades diferentes para mejorar calidad de vida.

El deporte mexiquense, como se señala en la Dirección mencionada, refiere a un deporte de competición; este término tiene que ver con un tipo de enfrentamiento en lo deportivo y supone respetar reglas, seguir determinados requisitos y una visión de la obtención de un buen resultado competitivo, de ahí la importancia del entrenamiento.

El deporte de alto rendimiento, según la Ley de Cultura Física y Deporte, es la práctica de un deporte con altas exigencias técnicas y científicas de entrenamiento, lo que permite su participación en competiciones deportivas nacionales o internacionales.



Imagen 1. La esgrima en el Estado de México



Fuente: Tania Beatriz Contreras Rodríguez, (2019).

Situación que aconteció con los deportistas mexiquenses, con el apoyo del Gobierno del Estado de México y la Secretaría de Cultura participaron en los Juegos Panamericanos Lima 2019. Fue en nado sincronizado donde se logró medalla de plata, con Joana Betzabé Jiménez y Nuria Diosdado, resultado que les dio el pase a los Juegos Olímpicos, Tokio 2020.

Imagen 2. Deportistas mexiquenses de Natación



Fuente: Tania Beatriz Contreras Rodríguez, (2019).

Dentro del deporte social, para el caso de la ciudad de Toluca, desde hace varios años existen proyectos del uso de bicicleta. En cuanto a la propuesta de la Ingeniería en Comunicación Social del Deporte, punto de intervención mostrado en buena medida por la ciudadanía joven, es el tema de la movilidad urbana, a partir del uso y promoción de este medio de transporte.

En el presente diagnóstico se registra que la ciudadanía toluqueña tiene participación en la política social, siendo actores activos que presentan propuestas. Actualmente, está el plan de “Ecozona Centro de Toluca”, con el programa “Educación Ambiental”, a través de dos acciones: Ruta Dominical Tolo en Bici y Noches de bici-O, ambos trayectos recreativos en bicicleta, y que se relacionan con otros Programas que buscan mejorar la convivencia entre los ciudadanos; esto implica establecer una comunicación interinstitucional entre organizaciones para el buen desarrollo del proyecto.

En la agenda internacional, nacional y municipal existen líneas de acción para promover e incentivar el deporte entre la población, de ahí la necesidad de fortalecer los espacios y las políticas para que sea eficiente la cultura física y el deporte, como herramienta para atender las demandas e inquietudes de los jóvenes.

En tal sentido, es fundamental no olvidar la tipología que se establece de la participación juvenil:

- Las políticas para la juventud que refieren al paternalismo donde los jóvenes son vistos como vulnerables, sin experiencia y con un fuerte control social.
- Las políticas por la juventud, que se miran como reclutamiento para una movilización de masas.
- Las políticas con la juventud, que representan a la solidaridad y participación de los jóvenes de manera creativa, es respetuosa y no excluyente.
- Las políticas desde la juventud son las propuestas diseñadas y realizadas por los jóvenes como autogestores.



## CONCLUSIONES

Es importante ubicar el tema juvenil en el marco de las agendas de gobierno, atendiendo la heterogeneidad de los sectores, evitando las estrategias generales de atención a las demandas juveniles para recuperar las necesidades particulares de los jóvenes en diversos contextos socioculturales y económicos, aunque es innegable los avances realizados en diversos rubros (salud, empleo, educación, derechos humanos); sin embargo, es necesario, más allá de los discursos institucionales, aproximarse a los grupos juveniles que poseen características específicas, que se diferencian entre sí, para generar nuevos circuitos y formas de adaptación. Las formas de vida introducidas por la modernidad han transformado las modalidades tradicionales del orden social, que fueron el modelo de múltiples generaciones.

Las políticas públicas en juventud deben enfocarse hacia los jóvenes como sujetos activos, y sin reducirlos como receptores pasivos de los Programas y planes de gobierno o como agentes del cambio. Según Reguillo (2000), los jóvenes deben ser pensados como agentes sociales: “cuyas características son resultado de una negociación-tensión entre la categoría sociocultural asignada por la sociedad en particular, y la actualización subjetiva que sujetos concretos llevan a cabo a partir de la interiorización diferenciada de los esquemas de la cultura vigente”.

Para determinar la visibilidad e inclusión de la juventud en las políticas públicas sobre el deporte, primero se debe identificar a la juventud como objetivo de las políticas públicas y el deporte; después construir las estrategias y acciones que favorezcan la inclusión y participación de los jóvenes, en particular en espacios de fomento a la cultura física y deporte. Pues este grupo representa un sector vulnerable que requiere de acciones y estrategias enfocadas a sus demandas, atendiendo a sus particularidades, mediante una aproximación detallada a sus estilos de vida, formas de representar el entorno social y económico, incluyendo sus manifestaciones culturales y estilos de plasmar el malestar o la inconformidad frente al mundo adulto que busca establecer patrones y roles que deben orientar sus acciones vinculadas con su integración al mundo adulto.

Sin duda, los valores e imaginarios sociales que orientaron las acciones de generaciones pasadas se han difuminado para dar apertura a

nuevas representaciones sobre el mundo. Las políticas públicas juveniles se han caracterizado por promover la integración de dichos sectores a un proyecto general, teniendo como punto de referencia un enfoque universal y centralizado, considerando a los jóvenes como destinatarios de servicios públicos y concentrándose, casi exclusivamente en los jóvenes integrados a la sociedad (Rodríguez, 2003).

## REFERENCIAS

- Alabarcos, P. (1998) ¿De qué hablamos cuando hablamos de deporte?, en Nueva Sociedad núm. 154, pp. 74-86.
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión (2013), Ley de Cultura Física y Deporte (2013), disponible en: [https://www.ucof.mx/content/cms/13/file/federal/LEY\\_GRAL\\_DE\\_CULTURA\\_FIS\\_Y\\_DEP.pdf](https://www.ucof.mx/content/cms/13/file/federal/LEY_GRAL_DE_CULTURA_FIS_Y_DEP.pdf), consulta: agosto de 2019.
- Galindo Cáceres, J.L. (2011), Ingeniería en Comunicación Social y Deporte, Indecus, México.
- \_\_\_\_\_ (2014), Ingeniería en Comunicación Social. Hacia un Programa General, Instituto de Ciencias de Gobierno y Desarrollo Estratégico, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, Puebla.
- García López, E.J. (2016), “Ingeniería en Comunicación Social de la música y la vida cotidiana”, en X Congreso de la Red de Investigadores sobre Deporte, Cultura Física Ocio y Recreación, UAEM, México.
- Instituto Mexicano de la Juventud (2018), “El deporte, una herramienta para impulsar el desarrollo de la juventud”, disponible en: <https://www.gob.mx/imjuve/articulos/el-deporte-una-herramienta-para-impulsar-el-desarrollo-de-la-juventud?idiom=es>, consultado el: 9 de noviembre de 2019.
- Moreno, G.R. (2015), “Políticas públicas y deporte. Un análisis de la municipalización deportiva en Lerma, Estado de México”, en Encrucijada. Revista Electrónica del Centro de Estudios de Administración Pública, vol. 21, pp. 1-20, disponible en: [file:///C:/Users/PC\\_01/Downloads/57646-165829-1-PB.pdf](file:///C:/Users/PC_01/Downloads/57646-165829-1-PB.pdf), consulta: 9 de noviembre de 2019.
- Plan Ecozona Centro de Toluca (2015), Instituciones editoras: GIZ y Proyecto Tierra S.C. <http://legislacion.edomex.gob.mx/sites/legislacion.edomex.gob.mx/files/files/pdf/ley/vig/leyvig222.pdf>, consulta: 9 de noviembre de 2019.
- Ramos, L., y Quintela, L. (2014), Importancia de la práctica deportiva en la juventud. Universidad Nacional del Centro de la Provincia de Buenos Aires. Especiales. disponible en: <https://www.unicen.edu.ar/content/importancia-de-la-practica-deportiva-en-la-juventud>, consulta: 9 de noviembre de 2019.
- Reguillo Cruz, R. (2000), Emergencia de culturas juveniles, Buenos Aires, Grupo editorial Norma.
- Rodríguez, E. (2003), "Políticas públicas de juventud en América Latina: de la construcción de espacios específicos, al desarrollo de una perspectiva generacional", en Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, vol. 1, núm.2, pp. undefined-undefined, disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=773/77310201>, consulta: 9 de noviembre de 2019.

### Nuevo Enfoque de Derechos Humanos en las Políticas Sociales de la Juventud en el Estado de México

#### **| María Monserrath Sobreyra Santos.**

Abogada y política mexicana. Fue diputada federal en la cámara por el principio de mayoría relativa en el Distrito Electoral Federal 4 del Estado de México en la LXIII Legislatura del Congreso de la Unión de México. Actualmente es Directora General del Instituto Mexiquense de la Juventud (IMEJ).