

PERCEPCIÓN DEL ENTORNO SOCIO-DEPORTIVO Y HÁBITOS DE VIDA EN ESTUDIANTES DE 14 A 19 AÑOS PERTENECIENTES AL CICLO DE ENSEÑANZA MEDIA MUNICIPAL EN LA PROVINCIA DE LINARES

Perception of the social-sport environment and life habits in 14 to 19 year-old students belonging to the High School Cycle in the Linares province.

Autor:

Francisco Javier Retamales Muñoz
Académico Universidad Santo Tomás, Talca
Académico Universidad Católica del Maule

RESUMEN

En este estudio se reflejan las incidencias directas de la aplicación del modelo educacional, el progreso tecnológico y los estándares de vida de un modelo de libre consumo, por sobre las acciones sociales enmarcadas en la actividad deportiva de estudiantes en enseñanza media municipal de la Provincia de Linares, Región del Maule, Chile.

Tomando una muestra de la comuna de Linares, con un total 146 casos de forma aleatoria, se realizó una encuesta de percepción que permitiese reflejar los intereses, inquietudes y realidades que vivencian los escolares en su desarrollo habitual. Los datos recolectados indican un 94,5% de actitudes sedentarias entre los escolares de edades fluctuantes de 14 a 19 años, reflejando solo una participación efectiva y constante de un 12,3% de ellos en actividades deportivas y un 13% en actividades físicas. La percepción del individuo se ve reflejada con cifras preocupantes ya que se observa que un 40,4% de los encuestados no se siente conforme con su cuerpo, un 43,1% tiene problemas para realizar un esfuerzo físico y un 8,9% dice tener imposibilitantes para realizar cualquier tipo de actividad física, deteriorando progresivamente las oportunidades de mantener una socialización constante, una baja en su salud, su autoestima y desarrollo integral. A nivel de entorno socio-deportivo, un 64,4% de los casos indica no tener participación alguna en selecciones o talleres deportivos, un 45,9% indica que prefiere realizar actividades deportivas al aire libre, y un 49,3% indicó que es una necesidad creciente el generar nuevos espacios de conjunción entre lo social y deportivo. A nivel personal las limitantes que se manifestaron indicaron que un 51,7% siempre se ha visto afectado por la jornada escolar completa y un 71,9% que a causa del estudio no practicaba ningún tipo de deporte.

Palabras claves: Acondicionamiento físico, socio-deportivo, deporte, educación, hábitos de vida.

ABSTRACTS

In this study the direct incidences of the application of the educational model are reflected, the technological progress and the standards of life of a model of free consumption over the social actions within the sport activity of students in municipal average education of the Province of Linares, Region of the Maule, Chile.

Taking a representative sample from the commune of Linares, with a total of 146 cases taken at random, a perception survey was applied reflecting the interests, and realities that school kids undergo in their normal development. The collected data indicate a 94.5% of sedentary attitudes between the students of fluctuating ages of 14 to 19 years, reflecting single an effective and constant participation of a 12.3% of them in sport activities and a 13% in physical activities. The perception of the individual is reflected with worrisome numbers since it is observed that a 40.4% of the respondents do not feel satisfied with their body, a 43.1% have problems to make a physical effort and a 8.9% claim to have constrains to develop physical activity. Deteriorating the opportunities progressively to maintain a socialization, a loss in its health, its self-esteem and constant integral development. At the level of socio-sport environment, 64.4% of the cases indicate not to have any participation in sports selections nor in sports workshops, a 45.9% indicate that it prefers to make sport activities outdoors, and a 49.3% indicated that it is an increasing necessity generating new spaces joining the social and the sports activities. At a personal level, the constrains mentioned indicated that a 51.7% of the individuals have always been affected by the complete school day and a 71.9% stated that because of studies did not practice any kind of sport.



Key Words: Physical training, sports, education, life habits.

I. INTRODUCCIÓN

Los hábitos sociales y deportivos, de ahora en adelante socio – deportivos han influido directamente en la percepción de la actividad física y los hábitos de vida, ya que “El deporte en general ha sido presentado como una de las actividades sociales (fenómeno social-económico-cultural-mediático) de mayor arraigo y capacidad de convocatoria, como un elemento esencial del sistema educativo que contribuye al mejoramiento y mantenimiento de la salud, de corrección de los desequilibrios sociales, y la mejora en la inserción social y el fomento de la solidaridad” (Macleimont, 2002).

Chile sufre cambios radicales en sus estructuras social, política, administrativa y educacional (INE, 2000); no obstante ello, y en directa proporción ha decaído en los niveles de calidad de vida registrándose niveles de sedentarismo que bordean el 91% entre damas y varones activos (MINSAL, 2000), consecuencia directa por el estado de transición y progreso en donde los procesos se hacen de forma más sistemática exigiendo gran número de horas para el desarrollo de habilidades o competencias propias de la actividad laboral.

Es por ello que se hace necesario reconocer en nuestro país los alcances que tienen los hábitos socio – deportivos dentro de la comunidad escolar para así tener parámetros concretos que permitan enfrentar los cambios sociales y culturales que se avecinan por medio de la influencia extranjera.

En el estudio que a continuación se presenta se examinó una muestra de escolares de ambos sexos pertenecientes al ciclo de enseñanza media (NM1 a NM4) de la comuna de Linares, considerando que la muestra fuese representativa a la población escolar de ese ciclo a nivel provincial (147 casos), en donde el nivel de actividad física y deportiva se ve supeditada a factores ambientales, administrativos y educacionales. Todo mediante un instrumento del tipo encuesta licquet, que permitió demostrar la influencia negativa de factores tecnológicos y manejos político – administrativos deficientes que influyen directamente en el grupo etario estudiado al obtener parámetros de comparación entre el cambio de hábitos de vida y el entorno socio – deportivo como única oferta para el desarrollo de la condición física en la etapa escolar.

II. MARCO TEÓRICO

Gracias a la gran reforma en Educación, la cual fue implementada durante el gobierno del presidente Patricio Aylwin Azócar hasta

nuestros días conocida como Ley Orgánica Constitucional de Enseñanza (LOCE) (CHILE, 1990), ha exigido que los estudiantes de los niveles básicos y secundarios vivencien procesos más elevados en cantidad de horas y contenidos específicos en búsqueda de mejores estándares de rendimiento. A pesar de ello, esta reforma ha producido cambios radicales en ciertos hábitos de los estudiantes, a lo que se suma la inclusión de nuevas tecnologías, mayor disponibilidad de bienes y servicios al interior de los establecimientos educacionales como asimismo en los hogares.

Por demás, una pequeña inclusión en la encuesta de recintos deportivos titulada como Primer Catastro Nacional de Instalaciones y Recintos Deportivos (INE, 2006), se pudo verificar que el nivel de los recintos deportivos y el estado de sus instalaciones hace complejo solventar programas de inclusión hacia el acondicionamiento físico y la actividad deportiva libre y/u organizada. Observado un total de 16.678 instalaciones en buen estado de un total de 26.755 existentes en el país para una población de 15.116.436 habitantes según el CENSO del año 2002 (INE, 2003), se presupone un uso de las instalaciones a razón de 8 horas diarias de 11,8 habitantes por hora. Tomando esta referencia con los datos parcializados de la región del Maule obtenemos bajo los mismo parámetros un uso efectivo de 8,2 habitantes por hora, y al hacer la reducción proporcional al segmento etario estudiado solamente serían de 4,8 habitantes por hora, indicando la insuficiencia de programas de aprovechamiento de las instalaciones y recintos deportivos que alberguen a la comunidad.

Chiledeportes, por su parte, ofrece fondos concursables para la ejecución de programas que involucren el acondicionamiento físico y el deporte; particularmente en la región del Maule el año 2006 fueron presentados 595 proyectos de los cuales solamente el 31,1% (185 proyectos) fueron aprobados para su ejecución (Gasull, 2007). Esto indica que la cantidad de proyectos deportivos presentados versus los seleccionados, hace meditar sobre quienes están generando la oferta deportiva y el nivel de preparación que estos presentan, sin contar con la calidad de especialista que se hace cargo de la ejecución técnica del mismo; sin mediar en la especialidad deportiva para la cual es contratado(a), etc., lo que nos lleva a analizar cual es la jerarquización de las organizaciones deportivas y su nivel administrativo y técnico. Podría esto, indicar un descadre generalizado en la creación de nuevos espacios de actividad física normada, la que debe ser generada por organizaciones deportivas de base con una real condicionante de sustentabilidad en el tiempo con el proyecto que se presenta y generar nuevos espacios de ejercer especialidades deportivas emergentes,



sumado a esto el Instituto Nacional del Deporte (IND), ha hecho esfuerzos respecto al mejoramiento de los hábitos de vida, y el entorno socio – deportivo de la población insertando programas en la comunidad educativa a fin de potenciar su accionar concreto; no obstante a todo siguen habiendo resultados magros que indican un quiebre directo entre los procesos que se han implementado, negando la posibilidad de articulación concreta entre la salud y la educación; esto queda demostrado con la iniciativas propuestas por los gobiernos de los presidentes Ricardo Lagos Escobar y Michelle Bachelet Jeria, que en la actualidad se encuentran vigentes no obstante sin herramientas precisas de inclusión y mantención en el tiempo como la *Ley del Deporte* (Senado de Chile, 2001), *Política Nacional de Actividad Física y Deporte* (Presidencia de la República, 2002), y *EGO Chile* (Presidencia de la República, 2006). Esto debido a que pese a ser iniciativas concretas, no tienen relaciones de interdependencia ministerial activa, y merman la calidad e impacto hacia la población debido a que son iniciativas parcializadas y con limitantes directas en su enfoque de diagnóstico y breve seguimiento.

Este tipo de falencias tiene un impacto directo en la actividad socio – deportiva nacional, ya que para determinar instancias de desarrollo social se debe implementar no solo recursos de tipo informativo, se debe además conciliar un nivel de inversión monetaria que permita un mejoramiento de los espacios públicos y privados de práctica deportiva (Villagra & Toledo, 2004), instalando en el contexto nacional el término de recinto o espacio deportivo *amigable*. Con esto se quiere señalar que debe ser multifacético en su oferta, con instalaciones adecuadas y de grata percepción hacia el usuario; con finalidades exclusivas que permitan el desarrollo de la actividad social mediante la actividad física y deportiva, tanto personal como comunitaria.. Por demás, esto también genera limitantes en la interacción de los profesionales de las ciencias de la actividad física, los cuales se hacen partícipes de programas con un diseño limitado de acción preventiva en el mejoramiento de la salud de los individuos, los hábitos saludables, la mejora de la calidad de vida y el desarrollo social que se pretende alcanzar con la actividad deportiva.

III. MÉTODO

El estudio se definió bajo el tipo descriptivo transversal, con individuos en edades comprendidas entre los 14 – 19 años pertenecientes al ciclo escolar de enseñanza media (NM), insertos en establecimientos

educacionales con administración municipal ubicados en la Provincia de Linares región del Maule.

El universo total de estudiantes que responden a las características del presente estudio corresponde a 11.602, delimitándose el universo muestral basado exclusivamente en la comuna de Linares que posee en la actualidad una matrícula total de 5.740 estudiantes con las características del estudio, representando el 49% de la población estudiantil de la Provincia. Con motivo de mantener las proporciones de representación y facilitar la toma de datos, se redujo la población muestral tomando el segundo establecimiento de NM con mayor número de estudiantes de la comuna. Dicho establecimiento, tiene la característica de confluir una gran migración de estudiantes desde otras comunas circundantes, lo que permite tener un reflejo certero de la percepción provincial., este con una población de 1.300 estudiantes en su ciclo diurno; teniendo como base éste, se conformó una muestra de 146 casos (81 damas, 65 varones) y con una edad promedio de $16,44 \pm 2,30$ años correspondientes a un 11,3% del total del establecimiento, y una distribución porcentual entre sexos de 55,5% en damas y 44,5% en varones. Los cuales fueron entrevistados en su respectivo establecimiento educacional en forma aleatoria por un equipo de entrevistadores adiestrados para el caso.

Para la recolección de datos, se aplicó un instrumento evaluativo del tipo encuesta elaborado para tal fin, mediante el método *escala de Lickert* (Sampieri, 2006) que permitiese reflejar la *percepción del entorno socio – deportivo y hábitos de vida*, el cual fue validado previamente por el método test – retest, en un total de 46 estudiantes de similares características descritas en el estudio, en un establecimiento educacional de la comuna de Talca. Este se dividió por variables independientes denominadas *Hábitos de vida* y *Entorno socio – deportivo*, las cuales se subdividieron en *Consumo diario*, *Percepción personal* y *Actividad física*; y *Práctica deportiva*, *Requisitos para la práctica* y *Limitantes para la práctica*, correspondientemente.

El procesamiento de los datos obtenidos en el estudio fue hecho a través del paquete estadístico SPSS en su versión 15.0.0, realizando análisis descriptivo de cada variable dependiente.

IV. RESULTADOS

Tabla 1:
Navegar por Internet



	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	3 a 4 veces	20	13,7	14,6
	2 a 1 vez	65	44,5	62,0
	nunca	52	35,6	38,0
	Total	137	93,8	100,0
Perdidos	5 o más veces	8	5,5	
	Sistema	1	,7	
	Total	9	6,2	
Total		146	100,0	

Dentro de la variable independiente *Hábitos de vida*, subdivisión *Consumo diario* en la pregunta *¿Cuántas veces navegas por Internet por más de una hora en la semana?*, existe un 44,5% de los estudiantes que dice estar al menos 1 a 2 dos veces semanales detrás de un computador con conexión a Internet.

Tabla 2:
Consumo de comida chatarra

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5 o más veces	32	21,9	22,7
	3 a 4 veces	51	34,9	58,9
	2 a 1 vez	58	39,7	41,1
	Total	141	96,6	100,0
Perdidos	Nunca	5	3,4	
Total		146	100,0	

Siguiendo con la pregunta *¿Cuántas veces a la semana consumes comida chatarra y/o golosinas?*, un 21,9% de estudiantes afirma que dentro de sus hábitos alimenticios diarios está la comida chatarra presente.

Tabla 3:
Consumo de cigarros

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5 o más veces	19	13,0	13,0
	3 a 4 veces	11	7,5	20,5
	2 a 1 vez	15	10,3	30,8
	nunca	101	69,2	100,0
Total		146	100,0	

Dentro de la misma subdivisión de *Consumo diario*, en la pregunta *¿cuántas veces a la semana fumas?* Aparecen resultados que se contraponen con las anteriores experiencias del CONACE, donde se indica que un 44,6% dentro del grupo estudiado declararon no fumar nunca, en contraposición del 69,2% reflejado en este estudio. Por el contrario en el presente estudio arroja un 13% de fumadores diarios, no obstante ello tomando la totalidad de entrevistados se observa un 30,8% de fumadores en edades puberales.

Tabla 4:
Consumo de alcohol

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	2 a 1 vez	30	20,5	21,0
	nunca	113	77,4	79,0
	Total	143	97,9	100,0
Perdidos	5 o más veces	1	,7	
	3 a 4 veces	1	,7	
	Sistema	1	,7	
	Total	3	2,1	
Total		146	100,0	

Situando la pregunta *¿Cuántas veces a la semana bebes alcohol?*, se dan inesperadas

reacciones en relación a la frecuencia de consumo, esto debido exclusivamente a las características de la encuesta, ya que los estudiantes respondieron inicialmente a un consumo de 1 a 2 veces semanales en un 20,5% de los casos y una abstinencia total de 77,4%.

Tabla 5:
Consumo de drogas ilícitas

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	2 a 1 vez	1	,7	,7
	nunca	144	96,6	99,3
	Total	145	99,3	100,0
Perdidos	Sistema	1	,7	
Total		146	100,0	

En la pregunta *¿Cuántas veces a la semana consumes drogas ilícitas o sin prescripción?*, existió un factor negativo en torno a la respuesta afirmativa por parte de los estudiantes registrándose solamente un 0,7% de consumo 1 a 2 veces a la semana.

Tabla 6:
Permanencia tras el televisor

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5 o más veces	58	39,7	42,0
	3 a 4 veces	34	23,3	24,6
	2 a 1 vez	46	31,5	33,3
	Total	138	94,5	100,0
Perdidos	nunca	7	4,8	
	Sistema	1	,7	
	Total	8	5,5	
Total		146	100,0	

Respecto a la pregunta, *¿Cuántas veces a la semana ves televisión por más de una (1) hora semanalmente?*, los datos reflejados indican que el 94,5% de los encuestados dicen ver televisión en diferentes frecuencias diarias por más de una hora dentro de la semana; destacándose porcentualmente con un 39,7% quienes ven 5 o más veces semanalmente.

Tabla 7:
Percepción de peso

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Estoy gordo	24	16,4	16,6
	Tengo kilos extra	35	24,0	24,1
	Estoy bien	68	46,6	46,9
	Estoy delgado	18	12,3	12,4
	Total	145	99,3	100,0
Perdidos	Sistema	1	,7	
Total		146	100,0	

Pasando a otro ámbito dentro de la variable independiente hábitos de vida, en la subdivisión percepción personal donde encontramos fuentes de análisis como percepción de peso, problemas de actividad física, agitación y percepción de la actividad física; se han de hallar diversos puntos de referencia en relación a como los estudiantes afrontan su visión personal hacia el mundo bajo una perspectiva física, como fuente de motivación intrínseca de autosuperación, fuerza de voluntad y concepto de sí mismo.



Tomando la aseveración la última vez que te pesaste, tu comentario o pensamiento fue:, indicó un porcentaje equilibrado de respuestas hacia estoy bien de 46,6%, sobrepeso más obesidad de un 40,4%, por sobre un índice de delgadez de un 12,3%.

Tabla 8: Percepción de problemas físicos

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Ocasionalmente	50	34,2	37,6	37,6
	Nunca	83	56,8	63,4	100,0
	Total	133	91,1	100,0	
Perdidos	Siempre	4	2,7		
	Frecuentemente	8	5,5		
	Sistema	1	,7		
Total	Total	13	8,9		
Total		146	100,0		

Al preguntar *Cuando realizas actividad física, ¿sufres de mareos, náuseas, taquicardia, tos?*, los datos referidos a problemas físicos imposibilitante para la práctica física bajo una percepción personal, tiene una incidencia de 8,9%, un 34,2% manifiesta que presenta ocasionalmente inconvenientes en su práctica física.

Tabla 9: Percepción del estado físico en esfuerzo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Frecuentemente	11	7,5	7,8	7,8
	Ocasionalmente	53	36,3	37,6	45,4
	Nunca	77	52,7	54,6	100,0
Perdidos	Total	141	96,6	100,0	
	Siempre	4	2,7		
	Sistema	1	,7		
Total	Total	5	3,4		
Total		146	100,0		

Otro factor incidente y corroborante de lo expuesto anteriormente, se ve expresado en la pregunta *Cuando subes una escalera ¿te agitas?*, los datos reflejan que un 10,9% de los casos presentan problemas gravitantes de sedentarismo (2,7% siempre más 7,5% frecuentemente) y un 36,3% de los casos ocasionalmente se agita.

Tabla 10: Conceptualización de la condición física

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Salud	129	88,4	90,8	90,8
	Belleza	6	4,1	4,2	95,0
	Rendimiento	7	4,8	4,9	100,0
	Total	142	97,3	100,0	
Perdidos	Estrategia	2	1,4		
	Sistema	2	1,4		
	Total	4	2,7		
Total		146	100,0		

Respecto a la percepción de la actividad física como medio para conseguir un objetivo, se hizo el siguiente cuestionamiento *¿Crees tú que tener una buena condición física es bueno para?:*, los encuestados indicaron en un 88,4% que era el concepto *salud*, un 4,8% el concepto *rendimiento físico*, un 4,1% el concepto *belleza* y el 2,7% el concepto *entretención*.

Tabla 11: Tiempo de actividad física semanal

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5 o más veces	19	13,0	13,9	13,9
	3 a 4 veces	26	17,8	19,0	32,8
	2 a 1 vez	92	63,0	87,2	100,0
	Total	137	93,8	100,0	
Perdidos	nunca	9	6,2		
Total		146	100,0		

En los conceptos de la sub - división *Actividad física* de la variable *Hábitos de vida*, se comentarán los aspectos *condición física - deportiva y caminata, participación en condición física - deportiva*.

Al verificar la pregunta *¿Cuántas veces a la semana realizas actividad física o deporte durante 30 minutos o más?*, en un 63% de los casos presentan una frecuencia de 1 a 2 veces semanales, un 17,8%, 3 a 4 veces semanales y un 13% una frecuencia diaria.

Tabla 12: Caminata diaria

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	5 o más veces	49	33,6	35,0	35,0
	3 a 4 veces	32	21,9	22,9	57,9
	2 a 1 vez	59	40,4	42,1	100,0
	Total	140	95,9	100,0	
Perdidos	nunca	6	4,1		
Total		146	100,0		

Respecto a la pregunta *¿Camina al menos 30 minutos diariamente?*, las preferencias indicaron que un 33,6% camina 5 o más veces semanales, un 21,9% dice hacerlo 3 a 4 veces a la semana, un 40,4% dice hacerlo 1 a 2 veces a la semana y un 4,1% dice no caminar semanalmente por un lapso de 30 minutos.

Tabla 13: participación en acondicionamiento físico y/o deportivo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	Siempre	18	12,3	12,3	12,3
	Frecuentemente	23	15,8	15,8	28,1
	Ocasionalmente	42	28,6	35,6	63,7
	Nunca	53	36,3	36,3	100,0
Total		146	100,0	100,0	

Respecto a la participación en actividades físico - deportivas, se hizo la pregunta *¿Participas de programas de acondicionamiento físico o algún deporte?*, a lo cual los datos indican que un 12,3% de los encuestados dice participar siempre, un 15,8% dice hacerlo frecuentemente, un 35,6% ocasionalmente y un 36,3% dice no practicar nunca alguna actividad físico - deportiva.

Tabla 14: Preferencias deportivas



	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Básquetbol	22	15,1	15,2	15,2
Vóleybol	18	12,3	12,4	27,6
Fútbol	51	34,9	35,2	62,8
Atletismo	16	11,0	11,0	73,8
Tenis	17	11,6	11,7	85,5
Otro	21	14,4	14,5	100,0
Total	145	99,3	100,0	
Perdidos				
Sistema	1	,7		
Total	146	100,0		

Al analizar la variable *Entorno socio – deportivo*, esta se subdivide en 3 estratos que involucran la *Práctica deportiva*, *Requisitos para la práctica* y *Limitantes para la práctica*. Las cuales pretenden rescatar la información determinante para generar nuevas fuentes de estudio y comprensión del problema social que afecta a los estudiantes chilenos en este prisma en particular.

En la pregunta *¿Qué deporte te gusta(ría) practicar constantemente durante este año?*, se denotó las preferencias constantes de la muestra que bajo la representatividad del estudio el 34,9% tiene preferencia por el fútbol, el 15,1% el básquetbol y el 12,3% el voleibol como deporte de práctica constante. Por otra parte el 14,4% prefirió otro deporte.

Tabla 15:
Participación en actividades deportivas

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Siempre	18	12,3	12,3	12,3
Frecuentemente	15	10,3	10,3	22,6
Ocasionalmente	19	13,0	13,0	35,6
Nunca	94	64,4	64,4	100,0
Total	146	100,0	100,0	

Respecto a la pregunta *Durante este año, ¿haz participado de una selección o taller deportivo?*, el 64,4% dice no tener ninguna participación y solamente el 12,3% participa siempre de dichas instancias.

Tabla 16:
Espacios para la práctica deportiva

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Sala musculación	14	49,3	49,7	49,7
Gimnasio	42	28,8	29,0	78,6
Estadio	22	10,3	10,3	89,0
Al aire libre	67	11,0	11,0	100,0
Total	145	99,3	100,0	
Perdidos				
Sistema	1	,7		
Total	146	100,0		

En la pregunta *¿Dónde preferirías realizar un programa de actividad física o deportiva?*, se encontraron datos estratégicos para efectos del estudio, ya que de un total de 4 opciones brindadas que reunían las condiciones de uso regular durante todo el año, las preferencias fueron de un 45,9% para espacios al aire libre, un 28,8% los gimnasios, los estadios con un 15,1% y las salas de musculación con un 9,6%.

Tabla 17:
Necesidades para el deporte

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Recintos deportivos	72	49,3	49,7	49,7
Programas deportivos	42	28,8	29,0	78,6
Entrenadores calif.	15	10,3	10,3	89,0
Competencias de nivel	16	11,0	11,0	100,0
Total	145	99,3	100,0	
Perdidos				
Sistema	1	,7		
Total	146	100,0		

Para reflejar el nivel de percepción sobre las carencias inherentes de la provincia, se preguntó *¿Qué consideras que le falta a la provincia respecto al deporte?*, delimitada por cuatro opciones de respuesta, indicó un 49,3% que las carencias son de recintos deportivos y un 28,8% indicó que era por la carencia de programas deportivos; quedando una mínima cantidad de preferencias por especialistas deportivos y competencias deportivas.

Tabla 18:
Limitantes personales para la práctica deportiva

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Estudio	105	71,9	80,8	80,8
Lugares poco adecuados	25	17,1	19,2	100,0
Total	130	89,0	100,0	
Perdidos				
Trabajo	7	4,8		
Familia	7	4,8		
Sistema	2	1,4		
Total	16	11,0		
Total	146	100,0		

Respecto al estrato referente a las limitantes para la práctica constante de la actividad física y deportiva, la pregunta *¿Qué te ha limitado este año para realizar actividad física constante?*, la cual ofrecía una serie de factores incidentes en el desempeño, la práctica constante o abandono de la práctica deportiva, resultando que en un total de 71,9% manifestó que a causa del estudio no practicaba, y un 17,1% que no existían las condiciones ni lugares adecuados para la práctica deportiva, y en niveles de 4,8% las opciones de trabajo y familia.

Tabla 19:
Limitantes de la Jornada Escolar Completa

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos				
Siempre	75	51,4	52,4	52,4
Frecuentemente	27	18,5	18,9	71,3
Ocasionalmente	25	17,1	17,5	88,8
Nunca	16	11,0	11,2	100,0
Total	143	97,9	100,0	
Perdidos				
Sistema	3	2,1		
Total	146	100,0		

Como final del instrumento y en el estrato limitantes para la práctica, se incluyó la pregunta *¿Crees tú que la JEC te ha afectado para participar de las actividades físico – deportivas extraprogramáticas?*, indicando un 51,7% de los encuestados que siempre le ha afectado, un 18,5% que frecuentemente le afecta, un 17,1% le afecta ocasionalmente y un 11% no le ha afectado.

V. DISCUSIÓN

Al hacer observancia de los datos expuestos, el impacto y desarrollo de la sociedad en ámbitos tecnológicos, de consumo y educación han cambiado rotundamente en el país; con ello se pueden plantear muchas interrogantes hacia el proceso de inclusión de la actividad física y deportiva en los patrones sociales del país, ya que como se demuestra en el estudio, existen altos índices de incongruencia respecto al uso racional del tiempo libre, debido principalmente a factores relativos al estudio y la diversión a través de los medios de comunicación existentes hoy en día. (Perula de Torres & als., 1998).

Sobre la realidad particular de la educación chilena, se debe tener un ajuste real de las políticas de dirección, elaboración curricular y financiera que permitan no solo modificar el actual modelo educacional, sino que potenciar la integralidad del mismo, bajo patrones concretos de sustentabilidad de las acciones, incluyendo un marco regulatorio para la actividad física como ente socializador (Cenarruzabeitia & als., 2003); que permita la generación de diversas estrategias que involucren el aumento de los profesionales y técnicos especializados en las áreas de las ciencias de la actividad física, concordando horarios para la realización efectiva de talleres deportivos y capacitaciones de estilos de vida saludable para todos los participantes del sistema educativo; generación de instancias formativas y competitivas concretas en el área deportiva escolar y uso apropiado de los recintos deportivos (Sanchez, 2005).

La tarea de involucrar nuestro futuro dentro de hábitos de vida saludable y con un entorno socio – deportivo adecuado para la formación de individuos íntegros y con un concepto cultural progresivo, se ve radicado en la unión de fuerzas entre los diversos actores sociales y estatales; en el cual el individuo es el llamado a concretar este cambio cultural, mediante herramientas que permitan reflejar un sentido concreto de integralidad, con hechos evidentes a través del tiempo, reconocidos, observables y medibles a lo largo de su vida (Vargas & Sucerguía, 2006).

VI. CONCLUSIÓN

En el estudio se refleja la necesidad de la focalización de los hábitos de vida, la cotidianeidad y la falta de recursos orientativos que involucren severos cambios en la conformación social y cultural de nuestro país. Es un hecho que con la conformación vigente de los planes de estudio de los establecimientos educacionales acogidos a la Jornada Escolar Completa (JEC), los tiempos aprovechables o de ocio de los escolares se ve reducido a su

mínima expresión, entendiéndose que este mal aprovechamiento del tiempo nos hace precursores de las altas tasas de sedentarismo que actualmente vivencia el país.

En otro ámbito al poseer un 32% de consumidores diarios de “comida chatarra”, permite elevar la prevalencia de enfermedades no transmisibles, situándonos dentro de las poblaciones sudamericanas con mayor riesgo a sufrir este tipo de males con un xx% .

Si bien dentro del consumo de drogas y alcohol, se ve un reflejo cierto de avances, aún los niveles de consumo de cigarros sigue alto pese a ser mayor la abstinencia al consumo con un 69,2%, por sobre el promedio nacional observado 44,6% (CONACE, 2006); además la comparativa en los registros que el CONACE hace en su última publicación sobre el abuso del alcohol (CONACE, 2002), indica que existe un 19,2% de dependencia al mismo dentro del rango etario estudiado; lo cual indica que el porcentaje que arroja el estudio es superior mostrando un incremento de 3,4% dentro de una población focalizada, lo que presupone que el porcentaje global generalizado es mayor a nivel nacional.

Por otra parte, la ampliación de la cobertura y grilla programática de la televisión ha permitido aumentar el consumo diario de 2 a 3,5 horas por día en la audiencia latinoamericana, lo que incide directamente en la postura sedentaria que presentan los escolares y por consiguiente el decrecimiento progresivo y sustancial de las actividades físico – deportivas en esta etapa escolar (Sandoval, 2006).

Teniendo presente y acorde a los datos obtenidos en el estudio, se denotan los serios problemas y riesgos que involucra tener índices de percepción de obesidad cercanos al 40,4%; un 43,1% de la población estudiantil posea factores limitantes en su práctica física, o bien un 8,9% de estos casos tenga un problema gravitante de sedentarismo mediante la comprobación de un malestar generalizado al hacer esfuerzo. En resumidas cuentas vemos como el deterioro progresivo del individuo va muy relacionado con la falta de actividad física, despotenciando su autoestima, su socialización, su percepción personal y su estado de salud.

Si sumamos que el 13% de los escolares encuestados mantienen un hábito constante de práctica física y un 12,3% de práctica deportiva, vemos que el nivel de sedentarismo y por consiguiente deterioro del entorno socio – deportivo, se ajusta al 71,9% de los entrevistados que manifiestan tener como limitante principal el estudio, y condicionando esto el 51,7% en particular por la JEC. Si a esto le agregamos que dentro de la población escolar hay un 94,5% de ellos que mantienen



actitudes sedentarias como ver televisión, consumir comida chatarra, consumir alcohol y drogas, y navegar por Internet, nos encontraremos con un decrecimiento constante y progresivo de la salud de nuestros jóvenes, facilitando actitudes negativas y de repulsión hacia sí mismos y su entorno (Moreno, Rodríguez, & Gutiérrez, 2003).

Por demás, se observa la necesidad explícita de los escolares de tener reales oportunidades de desenvolverse en un medio al aire libre para la práctica deportiva con un 45,9%, demostrando que existen niveles de alienación creciente debido a la cantidad de horas que involucra la educación diariamente.

Dentro de la injerencia del estudio se puede determinar que la falta de espacios físicos, de fuentes de promoción en rendimiento, recreación y salud; de gestión administrativa y educacionales imposibilitan la generación de procesos que contribuyan a una mejora sustancial de los hábitos de vida y de entornos socio - deportivos que permitan tener una generación de chilenos más sana y participativa, con menos índices de preocupación y negativismo, y por consiguiente con menos problemas de salud.

El estudio refleja de forma directa e indirecta, que la población estudiantil reclama espacios de desarrollo deportivo con una clara disposición hacia actitudes de vida sana; no obstante ello, y de forma dependiente se ve sometida a diversos factores que siendo aceptados o no, influyen en el desarrollo social y deportivo, tales como los espacios físicos limitados, las facilidades para la obtención de alimentos no apropiados, la amplia carga de tiempo destinado al estudio y recreación con condicionante sedentaria, carencia de programas de acondicionamiento físico y deportivo con profesionales capacitados y la falta de recintos o espacios deportivos realmente acondicionados para tales fines.

Con esto nuestros jóvenes no pueden de forma concreta incrementar su participación social dentro de su rango de interacción, no obtienen beneficios propios de ser participe de programas destinados al crecimiento personal, social y deportivo, y por consiguiente no adquieren hábitos de vida sana quedando expuestos a diversos factores de riesgo que actualmente contiene la sociedad moderna como la drogadicción, alcoholismo y enfermedades de este milenio.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

• Cenarruzabeitia, J., & als., e. (2003). Actitudes y prácticas en la actividad física: situación en España respecto al conjunto europeo. *Revista Aten primaria*, 2 (31), 77 - 86.

- CHILE, G. D. (1990). *Ley Organica Constitucional de Enseñanza N°19.962*. SANTIAGO: Diario Oficial de Chile.
- CONACE. (2002). *Informe sobre uso, abuso y dependencia al alcohol*. Santiago: CONACE.
- CONACE. (2006). *Observatorio Chileno de Drogas, tendencia del consumo del tabaco en población escolar de 14 a 18 años de España y Chile*. Santiago: CONACE.
- Gasull, M. (10 de 09 de 2007). Fuentes concursables región del Maule. (F. Retamales, Entrevistador) Talca, Talca, Del Maule.
- INE. (2003). *CENSO POBLACIÓN DE CHILE*. Santiago: INE.
- INE. (2000). *Encuesta CASEN 2000*. Santiago: INE.
- INE. (2006). *Primer Catastro Nacional de Instalaciones y Recintos Deportivos*. Santiago: INE.
- Macleimont, S. Q. (2002). La Actividad física Escolar. *Congreso FIEP* (págs. 10 - 16). Foz do Iguazú: FIEP.
- MINSAL. (2000). *Encuesta Nacional programa "Vida Chile"*. Santiago: MINSAL.
- Moreno, J., Rodríguez, P., & Gutiérrez, M. (2003). Intereses y actitudes hacia la Educación Física. *Revista española de educación Física*, IX (1).
- Perula de Torres, L., & als., e. (1998). Prevalencia de actividad física y su relación con variables sociodemográficas y ciertos estilos de vida en escolares cordobeses. *Revista Española Salud Pública*, 3 (72), 233 - 244.
- Presidencia de la República. (2006). *Estrategia Global contra la Obesidad Chile*. Santiago: Gobierno de Chile, MINSAL, MINEDUC, IND.
- Presidencia de la República. (2002). *Política Nacional de Actividad Física y Deporte*. Santiago: Gobierno de Chile, IND.
- Sampieri, R. H. (2006). *Metodología de la investigación* (8va ed.). Ciudad de México, México: Mc Graw Hill.
- Sanchez, J. (2005). Un estudio descriptivo del parque La Gaitana. *Revista Educación Física y deporte de la Universidad Antioquia*, 2 (24), 67 - 78.
- Sandoval, M. (2006). Los efectos de la televisión sobre el comportamiento de las audiencias jóvenes desde la perspectiva de la



convergencia y de las prácticas culturales.
Universidad Psychologist , 2 (5), 205 - 222.

• Senado de Chile. (2001). *Ley nº 19.712, Ley del Deporte*. Valparaíso: Gobierno de Chile.

• Vargas, F., & Sucerguia, W. (2006). *Motivación para la realización de la actividad física escolar en adolescentes del grado octavo de la institución educativa Maestro Pedro Nel Gómez de Medellín*. Medellín: Universidad de Antioquia.

• Villagra, O., & Toledo, C. (2004). *Evaluación técnica y social de alternativas de mejoramiento del complejo deportivo la Granja*. Curicó: Universidad de Talca.



