

**“LAS MUJERES Y EL DEPORTE EN LA REVISTA LÚDICO PEDAGÓGICA DE LA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA – UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL”.**



**PRESENTADO POR:  
JERONIMO RINCON MORA**

**Universidad Pedagógica Nacional  
Facultad de educación Especialización en Pedagogía  
Bogotá D.C, 2024**

**“LAS MUJERES Y EL DEPORTE EN LA REVISTA LÚDICO PEDAGÓGICA DE LA  
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA – UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL”.**



**PRESENTADO POR:  
JERONIMO RINCON MORA**

**Documento final del ejercicio de investigación para optar por el título de:  
Especialista en pedagogía**

**Docente Tutora:  
Carolina Ojeda Rincón**

**Universidad Pedagógica Nacional  
Facultad de educación Especialización en Pedagogía  
Bogotá D.C, 2024**

## **Las mujeres y el deporte en la Revista Lúdico Pedagógica de la Facultad de Educación Física– Universidad Pedagógica Nacional**

**Autor:** Jerónimo Rincón Mora<sup>1</sup>

### **Resumen:**

Este artículo recoge un ejercicio de indagación bibliográfica en la Revista Lúdico Pedagógica de la Universidad Pedagógica Nacional, sobre el tema de la actividad física y el deporte en las mujeres. Se tomaron aportes de la investigación documental para comprender este tipo de exploraciones y trazar una ruta metodológica. Se encontró en los artículos analizados un bajo interés en estudiar la actividad física y los deportes en las mujeres, la primacía del sujeto masculino en el deporte y la educación física, y la lectura esencialista sobre el cuerpo y la diferencia sexual.

**Palabras clave:** Revista Lúdico Pedagógica, mujeres, género, actividad física, cuerpo, estereotipos.

### **Introducción**

El propósito de este artículo es mostrar los resultados de una exploración documental por la Revista Lúdica Pedagógica (RLP en adelante) de la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional<sup>2</sup>. Surge de una preocupación personal y pedagógica en mi ejercicio como educador físico, desde el cual observo una baja participación de las niñas y adolescentes en espacios y actividades deportivas, y en oposición a esto, los niños y adolescentes varones tienen una mayor participación. Sumado a ello, curricularmente la educación física ha sido un saber con menor status y prestigio, expresado en la carga o asignación académica puesto que se les proporciona un menor tiempo con respecto a las demás disciplinas escolares, esto implica menos tiempo de trabajo con los y las estudiantes y de su parte, un menor interés o la comprensión de este espacio académico como algo accesorio, poco serio e incluso molesto (especialmente para las niñas).

---

<sup>1</sup> Licenciado en ed. Física – Universidad del Tolima

<sup>2</sup> Creada y editada por la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional y se encuentra clasificada como revista científica. Su principal objetivo se orienta a la divulgación e intercambio en los ámbitos local, nacional e internacional, de la producción académica relacionada con la educación, la pedagogía, la investigación y la ciencia en los campos de la educación física, la recreación, el deporte y afines. La publicación inicial de la RLP fue en 1991. Los idiomas utilizados en las publicaciones son inglés, portugués y español.

Por otro lado, desde el acompañamiento en la formación de niñas y adolescentes en un equipo de fútbol femenino, enfrentó dificultades y obstáculos en cuanto a asuntos administrativos y de distribución de recursos por parte de las instituciones. Esta situación trae varias consecuencias. A nivel institucional, podría darse una disminución en los apoyos presupuestales que en el mediano plazo podrían desaparecer y, por otro lado, se corre el riesgo de cierre de espacios para las niñas, que se han ganado tras muchos años de esfuerzos. A nivel formativo, la poca actividad de las niñas y adolescentes, puede generar una afectación en el desarrollo físico, motriz y de desempeño grupal lo que desfavorece el desarrollo de patrones básicos de movimiento, así como habilidades físicas necesarias para la vida diaria. Un aspecto al que se le presta en general, muy poca atención.

Esta lectura también se encuentra en estudios realizados a nivel global, y especialmente en Colombia, que evidencian las tendencias y brechas de género en el ámbito deportivo. En particular, el artículo del Departamento Nacional de Estadística (DANE) de 2022, titulado "Mujeres y hombres: Brechas de género en Colombia", ofrece una perspectiva sobre las desigualdades de género en la actividad física y el deporte. Según la Organización Mundial de la Salud, las mujeres practican menos actividad física que los hombres, una tendencia que también se observa en Colombia. La tasa de inactividad física en la población adulta colombiana es alta, alcanzando un 39.1%. Entre las mujeres, la tasa de inactividad es del 48.9%, frente al 38.8% en los hombres, lo que indica una brecha de casi un 10% en términos de sedentarismo.

En la población joven, los resultados son igualmente preocupantes. Aunque el nivel de actividad física es mayor, con un 83.9% de la población joven activa, las mujeres alcanzan un 87.0% y los hombres un 81.0%. Esto sugiere que, tanto en adultos como en jóvenes, las mujeres tienden a participar menos en actividades físicas. La brecha de género más significativa se observa entre adolescentes de 10 a 17 años, seguida por el grupo de 18 a 29 años. Después de los 50 años, la brecha es relativamente pequeña. Según las recomendaciones de la OMS, se deben realizar entre 75 y 150 minutos semanales de actividad física, pero la tasa de inactividad en adultos mayores de 18 años sigue siendo preocupantemente alta. Realizar un diagnóstico como este ofrece una valiosa oportunidad para reflexionar y revisar las políticas públicas del sector, buscando respuestas que fomenten una mayor inclusión y participación de niñas y mujeres en la actividad física y el deporte en todos los niveles, desde la actividad comunitaria hasta el alto rendimiento.

En cuanto a la educación en deporte, la encuesta arroja que en 2020 sólo el 21.4% de los estudiantes inscritos en carreras relacionadas con la actividad física y el deporte eran mujeres. De manera similar, en la institución en la cual me formé como educador físico, la participación de las mujeres en esta carrera era muy baja. Esto sucede porque en el imaginario social la educación física es “una carrera para hombres”, así mismo los conocimientos impartidos tienen como referente al sujeto masculino el cual es leído a partir de los estereotipos de fuerza, agresividad y rudeza, mientras que las mujeres son relacionadas con los estereotipos de fragilidad y maternidad. Como señala Pablo Scharagrodsky citando a Barbero González:

*“la comunidad de profesores de la disciplina no se ha esforzado demasiado en cuestionar las percepciones dominantes en el contexto social más amplio, sino que, al contrario, ha recreado el esquema dual que asocia, por un lado, las ideas de muscularidad, fortaleza, agresividad y trabajo físico con masculinidad y por el otro, las de fragilidad, estética y armonía con feminidad. Esta separación entre dos modalidades de ejercitación, con diferentes cualidades y destinatarios es una clave constitutiva de nuestro campo, profundamente arraigada en el pensamiento de los más variados expertos de distintas épocas”. (1996: p.2).*

Todo ello me fue definiendo un horizonte de exploración en torno a la educación física y la educación de las niñas y mujeres, en el que me encontré con la categoría de género. En esa primera indagación encontré que el abordaje desde la educación física en cuanto al género es escaso, puesto que las prácticas pedagógicas se desarrollan con un fuerte fundamento desde lo biológico como base de entendimiento del cuerpo humano, y desde este punto de vista la puesta en escena está representada desde el cuerpo masculino.

Desde que apareció la categoría de género, la biología no es lo que define las características de lo femenino y lo masculino, sino que tales características se entienden como construcciones sociales (Stoller, 1964; Scott, 1986; Rubin, 1986). La existencia corporal, el cuerpo, no solo se debe tener en cuenta como un conjunto de sistemas biológicos involucrados sino por el contrario se torna como un fenómeno social cultural e histórico, en el cual se cataloga desde los imaginarios sociales. Cuerpo relacionado con elementos simbólicos potencialmente vinculados al género, orientación sexual, clase étnica y religión entre otras (Scharagrodsky, 2007).

Siguiendo al autor, se puede añadir además que la biología y la fisiología no determinan los movimientos corporales sino son las lógicas sociales, culturales y familiares las que inciden y moldean el cuerpo según los cambios en la época donde se desarrollan. Desde la teoría del movimiento y más exactamente desde la educación física, ningún cuerpo se desenvuelve siguiendo estándares estáticos sino por el contrario está en continuo desplazamiento esto de acuerdo a un espacio y a un tiempo determinado. En ese sentido, la articulación del cuerpo e historia están directamente relacionados, puesto que el cuerpo es la superficie donde se reflejan los cambios que se presentan en una sociedad.

Desde hace muchas décadas y hasta hace poco tiempo las disciplinas escolares se encargaron de imposibilitar a los niños y niñas en temas que no eran acorde a su porte biológico como lo señala Pablo Scharagodsky (2007, p. 9). *“Durante décadas las niñas recibieron exclusivamente el conocimiento de labores de manos y nociones de economía doméstica. Los varones, en cambio, tuvieron el privilegio de recibir enseñanzas en relación con nociones de agricultura y ganadería y ejercicios y evoluciones militares”*. Con base en lo anterior se puede deducir que se educaba a las mujeres para fines meramente domésticos y preparatorios para ser madres y esposas. Por otro lado, al hombre se le preparaba para labores que desarrollaban y necesitaban más esfuerzo físico con los cuales era posible la producción industrial.

Por su parte, en las prácticas deportivas ha tenido un papel central el modelaje de diversas masculinidades especialmente hegemónicas y subordinadas (Connell, 1995, 2001), en cierta manera estas prácticas deportivas han sido avaladas y legitimadas desde las construcciones de estereotipos sociales y sexuales, como por ejemplo desarrollar la fuerza en el hombre y la coordinación y el ritmo en las mujeres. Cabe señalar que en la esfera escolar se maltrata ciertos movimientos corporales, puesto que se asume que cada ademán o manifestación de corporeidad debe estar inscrito para cada género, como, por ejemplo, “moverse como varón”, “vestirse como mujer”, “correr como nena”, “tener ademanes de niña”, entre otras. Igualmente, en la mayoría de escuelas mixtas durante los recesos o recreos, los espacios son principalmente ocupados por los varones, mientras que a las mujeres les quedan espacios reducidos y/o marginales.

En ese orden de ideas, el propósito de este trabajo fue ampliar la comprensión sobre la actividad física de las mujeres, inicialmente en contextos educativos, para lo cual elegí un archivo

documental. Se trató de la RLP creada y editada por la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional. La pregunta que orientó mi exploración fue ¿cómo se aborda en la RLP la temática de la actividad física en las mujeres?

### **Justificación:**

Desde la especialización en pedagogía de la UPN, me apropié de varios conocimientos que me permitieron resolver varias preguntas inquietantes y así acercarme a la producción académica que me interesa y mejor aún desde mi disciplina de base la cual es la educación física y deportes. Desde ese interés, empecé una búsqueda de información en la biblioteca de la universidad. Allí encontré la RLP de la Facultad de Educación Física, es decir, donde se forman los profesores de mi área, y de la cual no tenía conocimiento. Al ser una publicación que lleva más de treinta años me pareció importante sumergirme en esta fuente, porque la formación de educadores físicos implica una serie de herramientas para poder potencializar nuestro ejercicio.

Es importante leer la RLP puesto que es un espacio donde se propicia el conocimiento científico a través de publicaciones cuyos contenidos se comparten, debaten y se investigan ámbitos con líneas relacionadas con educación física y deportes. Los profesionales tanto en educación física como de otras especialidades relacionadas con la pedagogía, pueden acceder a los contenidos propuestos por la RLP, ya que plantea actividades e investigaciones que facilitan la exploración de contenidos permitiendo así mejorar el desempeño curricular en las instituciones educativas.

Desde la praxis pedagógica el área de educación física busca ocuparse, en el nivel de básica primaria, de los patrones básicos de movimiento, tales como gatear, caminar, correr, saltar, entre otros. Con estos patrones incorporados, en la secundaria se desarrolla una serie de actividades que los mejoren, a través de las habilidades físicas coordinativas, tales como velocidad, agilidad, resistencia, fuerza, equilibrio, por mencionar algunas. Es necesario que, en la formación de maestros, se pueda acceder a un conocimiento académico en torno a estas cuestiones, y las publicaciones científicas son un referente indispensable para ello.

### **Antecedentes:**

En todo proceso investigativo, es necesario conocer antecedentes del tema a tratar, así como las perspectivas con que se ha abordado, en este caso, el tema de las mujeres, la actividad física y el deporte. Es por ello que se adelanta un recorrido por la Biblioteca virtual de la universidad,

focalizado en rastrear investigaciones de tipo documental y allí donde encontramos algunos trabajos que vale la pena destacar.

Uno de estos se titula “Las prácticas deportivas y la discriminación de género en espacios educativos”, elaborado por Rodríguez Baybes Lorena Sofía, como tesis de pregrado en la licenciatura de Educación física y deporte de la UPN, publicado en el año 2012. El estudio exploratorio pretende analizar, comprender, describir y construir una reflexión sobre las distintas manifestaciones de género que se presentan en el deporte dentro del contexto universitario (Rodríguez, 2012, p. 1). Según la autora, esta reflexión debe estar inmersa dentro del proceso de formación docente de la mujer universitaria, el cual permite transformar la concepción de la realidad y así mismo, aportar estrategias pedagógicas y sociales que organicen y fortalezcan el deporte moderno como fenómeno incluyente y equitativo.

En la misma licenciatura, un trabajo más cercano a la revisión que se trata en este artículo, se titula “Acercamiento al estado del arte sobre mujer y deporte”, elaborado por Diana Milena Castillo Prieto del año 2013. Desde una metodología hermenéutica seguida por la autora, realiza una revisión de los documentos que se han generado sobre el tema Mujer y Deporte a partir del año 2002 hasta 2012. Teniendo en cuenta los criterios de selección como: tipo de estudio, participantes, se incluye también estudios relacionados con género. Este trabajo hace unas aproximaciones dentro de las dinámicas socio-culturales que permitan recoger insumos en cuanto a la información recopilada y además propone indagar diversos aspectos relacionados con las investigaciones de género, mujer y deporte, dejando así unos interrogantes o cuestionamientos como: ¿Es posible identificar elementos teóricos que nos permitan hacer un acercamiento al tema de Mujer y Deporte?

Por otra parte, el trabajo realizado por Edna Amparo Peñaranda Sanabria, cuyo título es “Una Matemática Invisibilizada en el Magisterio”, trabajo desarrollado como proyecto de grado de la Especialización en Pedagogía en el año 2014, se centró en una revisión documental por la revista Magisterio. El principal de los aportes que trajo consigo este trabajo, fue poder ubicarme en el marco metodológico de la investigación documental.

También es muy significativo y tiene mucho valor los trabajos realizados en otras instituciones que abordan el tema de las mujeres y la actividad física, como base fundamental de esta

investigación documental. Realicé una indagación por el repositorio de la biblioteca virtual de la Universidad de Cundinamarca encontrando el trabajo “Tendencias Actuales de la Actividad Física en Mujeres Gestantes, Revisión Documental de los Últimos 8 Años”, realizado por Díaz López Angela Carolina en el año 2018. En este proyecto se puede evidenciar tendencias teóricas de la actividad física en mujeres gestantes, para que el futuro profesional en ciencias del deporte y la educación física utilice como herramienta en caso de trabajar con dicha población. De esta investigación se recogieron 22 documentos entre los cuales 18 eran artículos científicos publicados por revistas científicas digitales y 4 eran tesis de grado publicadas en universidades de Bogotá, estos documentos fueron sometidos progresivamente a tablas de análisis y se consultaron también algunas entidades de salud de Bogotá en donde se implementan planes de actividad física en mujeres gestantes. Finalmente, y a partir de los resultados analizados se generó un artículo en donde se recopiló toda la información encontrada.

### **Marco conceptual:**

El aprendizaje y la práctica de cualquier actividad deportiva constituye un desarrollo clave para la cultura y para cualquier sociedad, en la búsqueda de un completo desarrollo humano. Debemos interpretar la actividad física y deporte en el desenvolvimiento humano dentro de una comunidad. Ahora bien, estos elementos buscan mantener un equilibrio entre la parte cognitiva y la motriz del ser humano.

El concepto de actividad física ha sido trabajado por varios autores. Como menciona Salvador Pérez Muñoz citando a 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”* (p. 1).

En esta misma dirección, Marcos Becerro citando a Casperson y cols. (1985) que: *“la actividad física no es otra cosa que un movimiento de algunas estructuras corporales originado por la acción de los músculos esqueléticos, y del cual se deriva un determinado gasto de energía”*.

Con respecto al deporte, destacó la definición de Romero Granados quien dice que *“el deporte es cualquier actividad, organizada o no, que implique movimiento mediante el juego con objeto de superación o de victoria a título individual o de grupo”*. (2001, p.17). Por otra parte, Corrales

Salguero citando a Hernández Moreno (2009) que “el deporte es una situación motriz, lúdica, de competición reglada e institucionalizada”

Por otra parte, la noción de género fue definida a mediados de los 80 por la historiadora Joan Scott (1986) como un elemento constitutivo de las relaciones sociales que se basa en las diferencias que distinguen los sexos, manifestado en símbolos culturalmente disponibles, conceptos normativos, un sistema institucional en que se crea y reconstruye el género y la identidad subjetiva. En ese sentido, “*el género es entendido como categoría ligada a las relaciones sociales, al poder, a los saberes. Entendiendo por saber aquellos discursos que circulan como verdades respecto a diversos ámbitos, y que generan relaciones de poder en diferentes esferas de la sociedad.*” (Castellanos, 1996, p. 23)<sup>3</sup>.

Posteriormente la categoría de género va a tener varios desarrollos, que sin embargo, oscilan en la misma discusión alrededor de la materialidad del cuerpo y las significaciones socioculturales que le son asignadas -y aceptadas-, siempre leídas en el marco de las relaciones de poder. En los años 90 Judith Butler (1956), filósofa posestructuralista norteamericana, planteará que el sexo es organizado con base en dos posiciones opuestas y complementarias, como dispositivo mediante el cual el género se ha estabilizado dentro de la matriz heterosexual (2010). Esto quiere decir que, discutiendo con Scott, al sexo lo antecede el género, en ese orden de ideas los órganos genitales se relacionan con unas manifestaciones que responden a ciertas tareas que socialmente son establecidas desde lo masculino y lo femenino, aquello que conocemos como género. Desde allí, plantea la autora, el género es una performance, una actuación reiterada, un hacer, una práctica social, resultado de lógicas de poder heterosexuales (2010).

## DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA

La investigación documental es un método sistemático, ordenado, para estudiar datos, documentos escritos, fuentes de información, los cuales pasan por un proceso de recopilación, contextualización, clasificación, categorización y análisis, que sirve para la comprensión y construcción de un problema de conocimiento (Uribe, 2011). Es también una técnica que se orienta en la revisión de investigaciones que se han adelantado sobre un tema. Como menciona el

---

<sup>3</sup> El texto de Scott ha sido pionero en la discusión de teóricas feministas y estudiosas de las relaciones de género, y por tanto, constituye un referente ineludible a la hora de conceptualizar.

autor, se trata de una actividad científica que se basa en la recolección de datos y de sistematización de naturaleza semiótica y hermenéutica.

### **Documento:**

Un documento es la reunión de un material donde se facilita y se provee toda clase de información para ser analizado, leído o investigado. Vale la pena mencionar que con la era de la informática y de las telecomunicaciones se ha producido un sinnúmero de publicaciones generando así una verdadera revolución a lo que hoy conocemos por documento. Como señala Uribe (2011, pp. 196-197).

*“Ya no solo se consideran documentos a los textos, fotos, películas, etc. Sino también a toda aquella información desarrollada y contextualizada en forma digital y multimedia, así como todas las nuevas formas de transmisión de información como los archivos informáticos y las páginas web.”*

Es por lo anterior que la RLP, es considerada un documento puesto que reúne información con la cual se provee todo un material con el cual se puede desarrollar la lectura y como no mencionar el hecho de realizar investigación documental. También es importante indicar que la RLP está presente tanto en cartillas escritas como digital, las cuales se pueden consultar por la biblioteca virtual.

### **Principios de la investigación documental:**

Para que una investigación cumpla con el objetivo desarrollado debe cumplir cinco principios básicos dentro de la ID, los cuales Uribe Roldan citando a Hoyos (2000, p. 198).

- Finalidad: Según el tema pensado con anterioridad
- Coherencia: Relación entre las fases de la ID
- Fidelidad: Transparencia y veracidad de la información
- Integración: Evaluación cualitativa
- Comprensión: Construcción teórica para llegar a conclusiones.

Según Alfonso (1994) citado por Uribe, hay dos tipos de investigación documental. La informativa que consiste en una revisión exhaustiva de la información relevante y la argumentativa que es más analítica y trata de probar una hipótesis del investigador. Este trabajo

que realizo, se basa en el primer tipo. Sin embargo, como menciona Uribe (2011, p. 198). Toda investigación documental debe tener un cierto grado de interpretación. A través de los medios de información fidedignos, con el ánimo de abordar el tema específico de la investigación que se va a desarrollar, esto sin realizar una exploración exhaustiva a los informes obtenidos.

### **Etapas de la investigación documental:**

Siguiendo los aportes de Uribe, la investigación documental es un proceso que implica una serie de pasos a seguir que tienen que ver con la búsqueda, descripción, selección, organización, análisis e interpretación. A continuación, describo el proceso seguido.

### **Búsqueda y selección:**

Cabe mencionar que los criterios para la selección de los artículos materia de estudio y que sirvieron como parte documental que soportan este producto de investigación fueron: abordar los temas relacionados con mujeres o género, actividad física y deporte. En primer lugar, los títulos fueron orientadores, y en un segundo momento, a partir de la lectura de los resúmenes de los artículos, se determinó si cumplían o no con el abordaje de los temas.

### **Descripción:**

Revisé 38 revistas publicadas entre el año 1991 hasta el año 2024, que contienen un total de 422 artículos. La consulta se hizo en línea, a través de la página de la UPN. Identifiqué 15 artículos, con la búsqueda de títulos y posteriormente entrando a los resúmenes, la muestra quedó conformada por 12 artículos. Es importante decir que se aprecia en varios periodos de tiempo que no se publicó. Los cuales fueron en primer lugar el periodo comprendido entre 1991 a 1998 y el segundo entre 1998 a 2010, como se aprecia en la tabla de fuentes de investigación.

**TABLA FUENTES DE INVESTIGACIÓN**

| No | TÍTULO   | # REVISTA Y AÑO         | AUTOR                       | INSTITUCIÓN                        |
|----|--|-------------------------|-----------------------------|------------------------------------|
| 1  | La cinta rodante de atletas del sexo femenino          | #1 Vol. 1<br>1991-01-01 | Lisímaco Vallejo<br>Cuellar | Universidad Pedagógica<br>Nacional |
| 2  | Algunos factores biomecánicos de la carrera de ascenso | #3<br>1998-01-01        | Daniel Oliveros             | Universidad Pedagógica<br>Nacional |

|    |   |                            |  |   |
|----|---|----------------------------|--|---|
| 3  | Longitud de zancada, frecuencia del paso y dinámica de la velocidad de corredoras de velocidad del Norte del Cauca                    | # 15 Vol. 2<br>2010-01-13  | Samuel Villamarín<br>Menza   | Universidad de ciencias<br>aplicadas y ambientales                          |
| 4  | Fútbol femenino ¿rupturas o resistencias?   | # 16 Vol. 2<br>2011-08-13  | Jorge Humberto<br>Ruiz Patiño  | Universidad Pedagógica<br>Nacional  |
| 5  | El estilo actitudinal, una propuesta para todos y todas desde la inclusión en la educación física                                     | # 18 Vol. 2<br>2013-07-01  | Ángel Pérez Pueyo  | Universidad de León<br>España   |
| 6  | Posibles mecanismos de acción biológica de la actividad física en el cáncer de mama   | # 19 Vol. 1<br>2014-01-01  | Jairo Alejandro<br>Fernández Ortega<br>José Antonio de<br>Paz Fernández                                    | Universidad Pedagógica<br>Nacional  |
| 7  | ¿Visibilización o invisibilización de la mujer en el deporte costarricense?   | # 20 Vol. 2<br>2014-07-01  | Blanca Luz Sojo<br>Mora<br>Edwin Coto Vega   | Universidad de costa rica,<br>Sede Atlántico                                |
| 8  | La generalización de los cuerpos en perspectiva histórica: una mirada desde las prácticas corporales de las mujeres                   | # 25 Vol. 1<br>2017-11-21  | Laura Marcela<br>Méndez<br>Pablo Ariel<br>Scharagrodsky  | Universidad Nacional del<br>Comahue.<br>Universidad Nacional de<br>La Plata |
| 9  | Influencers, mujeres, running y algunas consideraciones para entender los nuevos consumos deportivos y los estilos de vida saludables | # 27 Vol. 1.<br>2018-12-05 | Nemesia Hijos  | Universidad Nacional de<br>Buenos Aires                                     |
| 10 | Los juegos recreativos en el fútbol como estrategia para promover la inclusión de género  | # 35 Vol. 1<br>2022-01-01  | Jhon Deybid Bravo<br>Iván Adolfo<br>Delgado<br>Carlos Daniel<br>Lagos Erazo<br>Juan David Paz<br>Benavides | Universidad Pedagógica<br>Nacional  |
| 11 | Mujer, deporte y discapacidad. Relatos de vida de jugadoras de la selección Colombia de tenis de mesa adaptado                        | # 36 Vol. 1<br>2022-07-05  | Kevin Daniel Rozo  | Universidad Pedagógica<br>Nacional  |
| 12 | Revista lúdico pedagógica Fútbol y empoderamiento de la Mujer: Sistematización de experiencia   | # 38 Vol. 1<br>2023-12-30  | Víctor Hugo Durán<br>camelo<br>Ingrid Patricia<br>Fonseca Franco   | Universidad Pedagógica<br>Nacional  |

Por último, hago lecturas de los artículos seleccionados, haciendo uso de una ficha bibliográfica, como se muestra a continuación.

|   |
|---|
| <p>No de ficha:<br/>         Título:<br/>         Año:<br/>         Autor:<br/>         No de revista<br/>         Resumen:<br/>         Hecho:<br/>         Tipo de estudio:<br/>         Conclusiones:<br/>         Hallazgos o resultados:</p> |
|---|

## Hallazgos

Dentro de los doce artículos seleccionados en la Revista Lúdico Pedagógica, se organizaron las siguientes temáticas a partir de las cuales se desarrollaron los hallazgos: 1) La escasez de trabajos en el tema de género en la educación física desde la RLP; 2) el predominio de la mirada masculina sobre el cuerpo; 3) la naturalización de una diferenciación en el rendimiento deportivo entre mujeres y hombres; 4) la inclusión y específicamente en la discapacidad de mujeres en el ámbito deportivo y por último 5) salud y actividad física en la prevención de enfermedades.

Es relevante destacar que desde la aparición en el año 1991 la revista lúdico pedagógica y donde aparece el primer artículo sobre la actividad física de la mujer, se encuentra que después de ocho años vuelve a aparecer otro artículo en el cual involucra a la mujer como sujeto de investigación. Tras doce años nuevamente se publica un artículo sobre el tema de estudio, en el año 2010. Es importante señalar que ha existido un sistema patriarcal que no había contemplado a las mujeres como sujeto de investigación, como lo señala Mosquera (2004, p.74) *“Si hablamos de la existencia de un sistema patriarcal, éste también se va a proyectar en el deporte, dado que el deporte es una institución social, al igual que la familia o la escuela”*.

Por otro lado, es preciso resaltar que los documentos publicados en la RLP provienen en su gran mayoría de instituciones o universidades públicas tanto en el ámbito nacional colombiano como de países de Suramérica y pocas universidades privadas se han interesado en publicaciones teniendo como sujeto de investigación a las mujeres con relación a la actividad física y el deporte.

A continuación, enumero los hallazgos al profundizar en los contenidos de los artículos:

1. La escasez de trabajos en el tema de género en la educación física desde la Revista Lúdico Pedagógica.

Es necesario resaltar que las mujeres no fueron objeto de investigación o de estudio desde el tema de la actividad física y deportes en la revista a lo cual vale la pena rescatar. Como lo señala Donny Meertens (1998) en su trabajo “Los Estudios de La Mujer en Colombia: Procesos, coyunturas, espacios”:

*“En comparación con otros países latinoamericanos, se ha señalado a menudo la tardía aparición de la temática de la mujer en las investigaciones y publicaciones de los centros*

*académicos colombianos. Sin entrar aquí en explicaciones, hay que señalar que este fenómeno no está desligado del lento desarrollo de las diversas vertientes del movimiento social de mujeres en el país y de los complejos y violentos procesos políticos y sociales en general, que se han vivido particularmente a partir de la década de los 50. Coincidió con otras autoras en ubicar el surgimiento de investigaciones y análisis en torno a la mujer a mediados de los años 70” (p. 1)*

Aquí vale la pena preguntarnos por qué las publicaciones realizadas no causaron un interés importante para efectuar investigaciones de este tipo desde las instituciones educativas en Colombia.

## 2. El predominio de la mirada masculina sobre el cuerpo.

Existe una primacía en los deportes del sujeto masculino, esto se evidencia en la RLP, en la cual, la mayoría de los artículos que refieren actividades físicas y deportivas, están focalizadas en el género masculino. Es menester referirnos al hecho que desde los inicios de las olimpiadas en Olimpia (antigua Grecia), de allí se deriva su nombre, solo se exaltaba la participación del género masculino, como veneración al dios Zeus con manifestaciones deportivas de rudeza. Posterior a ello, el barón Pierre de Coubertin creó las olimpiadas modernas en honor a las antiguas olimpiadas realizadas en Grecia en las cuales se generaron tensiones puesto que la participación de las mujeres era muy nula. Según García (1990, 167): *"se han desarrollado a lo largo de los siglos estereotipos, prejuicios y falsas concepciones que han limitado la participación de las mujeres en la práctica de los deportes"*.

Como docente del área de educación física, con más de 15 años de experiencia, he podido dirigir varios procesos enfocados en el deporte (individual y de conjunto), en los cuales existe mayor representatividad del género masculino, es allí donde la educación actual evidencia la necesidad de abrir espacios inclusivos y equitativos, donde las mujeres tengan la oportunidad de manifestarse y practicar cualquier deporte de su interés.

## 3. La naturalización de una diferenciación en el rendimiento deportivo entre mujeres y hombres.

Otro hallazgo obtenido es la diferencia en el rendimiento deportivo entre hombres y mujeres. Se debe rescatar que algunos artículos objeto de esta investigación, en cuanto a la diferencia en el rendimiento deportivo entre hombre y mujeres, dan por hecho que son representaciones de forma natural (desde una perspectiva biologicista), mientras que otros muestran que esta desigualdad son construcciones sociales y culturales (desde una perspectiva de género). Un ejemplo de la perspectiva de la mirada esencialista es la de Carmen León Paris (2000, pp. 249-263), en su obra “Influencia del sexo en la práctica deportiva. Biología de la mujer deportista”:

*“Nos pone en un contexto donde es representativo la maduración y la aparición de la pubertad, puesto que tales apariciones se presentan primero que todo en las mujeres y posteriormente en los hombres. Es por ello que se evidencia las diferencias tanto en masa muscular, diámetros óseos. Por otro lado, la aparición de testosterona en el hombre que ayudan en el crecimiento proteínico en la parte muscular y ósea, en la mujer el crecimiento es más específico en ciertas zonas corporales como en la pelvis, el tamaño de las mamas, y el depósito de grasa, especialmente en caderas y muslos.*

Es pertinente resaltar que, en el rendimiento físico, también habla León Paris (2000, p. 256):

*“Los hombres poseen aproximadamente un 20% más que las mujeres en su capacidad de resistencia y también para el ejercicio de corta duración y elevada intensidad. Esto es debido a los factores ya comentados, como las diferencias en el peso corporal, así como en el tamaño corporal y de las vísceras, como el corazón. Las diferencias en el rendimiento deportivo debidas al sexo se muestran más acusadas en aquellas actividades que se benefician de la fuerza y la talla, como el levantamiento de peso y la velocidad.”*

Desde esta lectura el hombre tiene más masa muscular que la mujer y la mujer tiene más grasa corporal, por ello, el hombre está mejor preparado para pruebas de resistencia aeróbica como anaeróbica que la mujer.

En esta misma línea, es evidente la relación de la rudeza con los hombres y la fragilidad con las mujeres, como también en el desarrollo biológico de unos y otros.

4. Inclusión y específicamente en la discapacidad de mujeres en el ámbito deportivo.

Al analizar detenidamente los artículos seleccionados se destaca que solo uno abordó el tema de la inclusión y, en particular la discapacidad<sup>4</sup>, de autoría de Rozo (2022) sobre las jugadoras de la selección Colombia de tenis de mesa adaptado. Es fundamental resaltar que la inclusión, especialmente en el contexto de la discapacidad, representa un desafío significativo para quienes enfrentan limitaciones físicas o cognitivas. Estas personas deben superar barreras tanto estructurales como sociales, que dificultan su acceso a diversos entornos, incluido el ámbito deportivo. Santos Ortega y Balibrea Melero (2013), resaltan que la inclusión y la discapacidad son temas complejos que requieren una atención especial y un esfuerzo conjunto para garantizar la igualdad de oportunidades para todos:

*“Hoy en día el binomio mujer-deporte provoca una reacción de extrañeza social cuando la mujer pertenece a las clases populares. Nadie prefigura a estas mujeres realizando un deporte. Este es, sin duda, el mejor indicador de la exclusión de un grupo. El excluido es invisible y no despierta apenas ninguna preocupación social real. A pesar de que se escuchan a menudo las ventajas del deporte y de la actividad física, nadie se pregunta por qué un segmento de la población tiene prácticamente vedado su acceso. Los complejos mecanismos sociales de la dominación acaban imponiendo representaciones colectivas en las que se percibe como normal la exclusión de estos grupos de mujeres de la esfera del deporte. Se naturaliza, se considera como lógico, como propio del orden de las cosas, lo raro sería casi lo contrario”* (pp. 143-144).

Por otro lado, las mujeres deportistas con discapacidad, se enfrentan a barreras tanto físicas como burocráticas para alcanzar una buena representatividad y exaltación. Sorprende demasiado que en el ámbito deportivo y más exactamente en atletas paraolímpicos femeninos, no se cuentan con los espacios adecuados para el desarrollo disciplinar de las distintas ramas deportivas; al igual que la poca divulgación y comunicación de los medios, ya que estos dispositivos no permiten la

---

<sup>4</sup> En este sentido, deseo compartir mi experiencia personal, comenzando por mi diagnóstico de discopatía multinivel, resultado de una artrosis degenerativa que ha afectado mi columna, generando hernias y discopatías que han impactado tanto mi salud física como emocional. Esta situación me llevó a retirarme del servicio docente activo por invalidez durante aproximadamente tres años, período en el que me sometí a diversos tratamientos como bloqueos y terapias neurales. Tras varias evaluaciones médicas, logré reintegrarme en 2023 y actualmente me encuentro trabajando en el colegio IED Colegio el Porvenir de Bosa.

publicación de los resultados obtenidos en el deporte adaptado colombiano en el género femenino, aunque sí en el masculino<sup>5</sup>.

#### 5. Salud y actividad física en la prevención de enfermedades.

Otro hallazgo importante es la relación actividad física y salud de la mujer. Este tema ha sido poco abordado en la RLP, encontrando solo un artículo al respecto. En este se trata el tema de la actividad física como alternativa para la prevención y tratamiento de enfermedades como el cáncer de mama. Según Karol Ramírez, Francisco Acevedo, María Elisa Herrera, Carolina Ibáñez, César Sánchez, (2017, p. 79).

*“Si bien no hay demostración de que el sedentarismo aumenta el riesgo de CM, sí existe una fuerte asociación entre AF y prevención. Un estudio prospectivo con más de 70.000 pacientes encontró que mujeres que mantenían AF regular presentaban menor riesgo de CM en 14% comparado con mujeres menos activas”.*

Existen metodologías y estrategias desde la actividad física y el deporte que facilitan la recuperación tras recibir tratamiento oncológico, como la hidroterapia, fisioterapia acuática entre otras, que ayuda al fortalecimiento muscular y propicia el aumento de la fuerza. Como lo señala Karol Ramírez, Francisco Acevedo, María Elisa Herrera, Carolina Ibáñez, César Sánchez, (2017, p. 79)

*“Los beneficios de la AF para pacientes oncológicos son tanto fisiológicos como psicológicos. Hoy en día, se encuentran bien determinados y apoyados por evidencia que integra la AF en programas de intervención basados en ejercicios estructurados para pacientes, durante y después de los tratamientos antineoplásicos.”*

Es significativa la importancia que tiene la actividad física y el deporte como mecanismo de acción biológica en el cáncer de mama, puesto que podría ejercer un impacto positivo en la disminución del riesgo. Si se quiere obtener cambios o resultados positivos, estos aspectos deben ir de la mano con hábitos de vida saludables como, por ejemplo: Consumir una dieta equilibrada, tener un patrón y una buena calidad del sueño y, en general, realizar una estrategia en actividad

---

<sup>5</sup> Por mencionar un ejemplo, la prensa suele publicar más noticias sobre Carlos Daniel Serrano y Nelson Crispín, que sobre Sara Vargas.

física monitoreada, dirigida y supervisada por un profesional ya sea en fisioterapia, educación física o entrenador físico.

## **CONCLUSIONES:**

Si nos referimos a la RLP, es de anotar que tenemos la concepción de que el estudio del cuerpo comenzó en tiempos y épocas actuales. En realidad, ha sido y seguirá siendo un tema con amplias investigaciones, las cuales tienen como referencia autores y contextos con diversas perspectivas, y no necesariamente con acuerdos entre sus postulados. Es por ello que el estudio del cuerpo y la actividad física de las mujeres como sujeto social, se posiciona como relevante, dadas las representaciones y las transformaciones que ha tenido su actuar político, en la consecución de objetivos claros dentro de la sociedad.

Con base en lo anterior, es de importancia señalar que la concepción de cuerpo femenino se ha idealizado de maneras “erróneas”, por ejemplo, se ha sexualizado o se ha tenido en cuenta como objeto de exposición para la venta de productos que tienen una gran incidencia en la belleza y la estética, dejando de lado el poder transformador de la mujer en aquellos espacios donde su presencia hace posible el cambio, como lo es en la actividad física y deporte.

Recordemos además que la aparición de las mujeres en los ambientes de actividad física, y más específicamente, en el deporte, se lleva a cabo de forma tardía, ya que eran contextos o ambientes completamente configurados por y para los hombres. Tanto en el deporte antiguo como en la edad moderna, se catalogaba al sexo femenino como señal de belleza y su rol era simplemente el de la estética. Sumado a esto, los estereotipos de género que asocian al hombre con base en la fuerza, rudeza y una competitividad muy altas, mientras por el contrario a la mujer con características de debilidad, fragilidad, con un bajo rendimiento en las actividades físicas y deportivas. Estas situaciones merecen replantear su forma en la que se desarrollan las actividades físicas y deportivas, enfocando las metas en la igualdad de oportunidades y equidad deportiva, solo así se podría hablar de espacios aptos para toda persona con la pasión por el deporte, sin importar, raza, etnia, y, en este caso, el género. Así lo señala Maria Luisa Zagalaz Sánchez citando a Laberge, s. (1989). *“La integración de los sexos en las clases de educación física es necesario para conseguir un cambio en la mentalidad y transformar las relaciones de desigualdad en relaciones igualitarias entre los sexos”*. (p.98).

Se evidencia que el problema radica en los temas de género que circulan dentro de la sociedad y la cultura, donde se exponen las barreras que han tenido que romper las mujeres desde sus diferentes situaciones, permitiendo un estado significativo de oportunidades hacia la inclusión.

### **Bibliografía:**

Alfonzo, I. M. (1994). *Técnicas de investigación bibliográfica*. Distrito Capital, Venezuela: Contexto Editores.

Butler, J. (2010). “Cuerpos que importan, sobre los límites materiales y discursivos del sexo”, Segunda edición. Buenos aires. Paidós

Chevallard, Y. (1997). *La transposición didáctica del saber sabio al saber enseñado*. Buenos Aires: Aique grupo Editor.

Corrales Salguero, A. R. (2009), *El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física*. España: Esmar revista digital de educación física.

DANE (2022). Segunda edición. *Mujeres y hombres: Brechas de género en Colombia*. pp.13-15

Paris León, C. (2000,). *Influencia del sexo en la práctica deportiva. Biología de la mujer deportista*. España: Arbor, pp. 249-263

Lamas, M. (1995, p.1). *El género: proceso de construcción social*. México: Miguel Angel Porrúa - librero editor.

Marcos Becerro, J. M. citando a Casperson y cols. (1985). *Actividad física, salud y calidad de vida*.

Meertens, Donny (1998). “Los estudios de la mujer en Colombia: procesos, coyunturas, espacios”. En *Estudios de la mujer en América Latina*, editado por Gloria Bonder. Washington: CIDI-OEA. [http://www.educoas.org/portal/bdigital/contenido/interamer/bkiacd/interamer/interamerhtml/bonderhtml/bon\\_meer.htm](http://www.educoas.org/portal/bdigital/contenido/interamer/bkiacd/interamer/interamerhtml/bonderhtml/bon_meer.htm)

Mosquera González, M. J. (2004). *¿Las mujeres no hacen deporte porque no quieren? ¿Los hombres practican el deporte que quieren? El género como variable de análisis de la práctica deportiva de las mujeres y de los hombres*. España: (Universidad de la Coruña, 2014), p.74.

Pérez Muñoz, S. (2014a). *Actividad física y salud: aclaración conceptual; Actividad Física, salud y calidad de vida*. Bonus aires, Argentina: <http://www.efdeportes.com/>

Pérez Muñoz, S. (2014b). *Actividad física y salud: aclaración conceptual; Actividad Física, salud y calidad de vida*. Bonus aires, Argentina: <http://www.efdeportes.com/>

Ramírez, K., Acevedo, F. Herrera, M. E., Ibáñez, & Sanchez, C. (2017). *Actividad física y cáncer de mama: un tratamiento dirigido*. Chile: Repositorio Universidad de Chile, p. 79.

Santos Ortega, A, & Balibrea Melero, K. (2013). *El deporte y la integración social en imágenes: Mujeres en forma contra la exclusión*. Universidad de Alicante. Centro de Estudios sobre la Mujer, pp. 143-144.

Scharagrodsky, P. (1996). *En la educación física queda mucho 'Género' por cortar*. Argentina: <http://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar/>. p. 2

Scott, J. (1999) *Género y liderazgo político en el contexto Latinoamericano y del Caribe*. Nueva York: Universidad de Columbia.

Uribe Roldan, J. (2011). *La investigación documental y el estado del arte como estrategias de investigación en ciencias sociales*. Universidad Piloto de Colombia, pp. 196-197

Zagalaz Sánchez, M. I. (2011). *Corrientes y tendencias de la educación física*. España: Inde publicaciones, p. 98