

## FACULTAD DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

Carrera: Ciclo de licenciatura en Actividad Física y Deporte

Modalidad: A distancia

Sede: Flores

Materia: Trabajo de Investigación

Año: 2018

### Representaciones del deporte recreativo para la tercera edad en el barrio de Villa Fox, ciudad de Zárate (Bs As)

Estudiante: Donacarta, Franco

Legajo: 14523

Correo electrónico: franco\_dona@hotmail.com

Tutor Temático: Casacchia, Carlos

Tutor Metodológico: Murillo, Manuel

## **Agradecimientos**

El presente trabajo de investigación fue supervisado por los tutores Manuel Murillo y Valeria Gómez (tutores metodológicos) y Carlos Casachia (tutor temático), a quienes quiero agradecerles por el tiempo y la ayuda que me brindaron para poder llevarlo a cabo.

También quiero brindarles nuevamente mis agradecimientos a todas las personas que accedieron a realizar las entrevistas de las cuales pudimos obtener la información necesaria para el desarrollo de la investigación. Muchos ofrecieron inclusive abrir las puertas de sus hogares y prestar su espacio y tiempo, lo cual valoro muchísimo.

Por último quiero hacer un especial agradecimiento a mi familia, amigos y pareja, quienes me apoyaron y motivaron en todo momento a llevar adelante esta carrera que es tan importante para mi crecimiento y mi futuro.

¡Muchas gracias a todos!

## ÍNDICE

Resumen	5
Palabras claves	5
<b>1. Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio</b>	<b>6</b>
1.1. Área temática, rama y especialidad	6
1.2. Tema y subtema	6
1.3. Introducción	6
1.4. Problema	7
1.5. Antecedentes, relevancia cognitiva, relevancia práctico-social y propósitos.	8
1.5.1. Antecedentes	8
1.5.2. Relevancia cognitiva	12
1.5.3. Relevancia practico-social	12
1.5.4. Propósitos	13
1.6. Marco teórico	14
1.6.1. Capítulo 1: La concepción del deporte recreativo	15
1.6.1.1. Deporte Recreativo	15
1.6.2. Capítulo 2: Representación	20
1.6.2.1. Concepto de representación social	20
1.6.2.2. Imaginarios y representaciones sociales en el deporte	21
1.6.2.3. Representaciones sociales en relación a los beneficios de la práctica de actividad física en los adultos mayores	22
1.6.3. Capítulo 3: Tercera Edad	24
1.6.3.1. Tercera Edad (desde el punto de vista social y biológico)	24
1.7. Hipótesis	26
1.8. Objetivos	27
<b>2. Segunda Parte: Material y Método</b>	<b>28</b>
2.1. Tipo de diseño	28
2.2 Diseño del objeto	28
2.2.1 Sistema de Matrices de Datos	30
2.3. Fuentes de datos	31
2.4. Instrumentos para la producción de datos	32
2.5. Población y muestra	33

2.6. Plan de actividades en contexto	34
2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos	34
<b>3. Tercera Parte: Análisis y Conclusiones</b>	<b>35</b>
3.1 Exposición de los datos	35
3.2 Análisis e interpretación de los datos	37
3.2.1 Análisis de la variable Prácticas deportivas que realizan	37
3.2.2 Análisis de la variable Representaciones del deporte recreativo	38
3.2.2 Análisis de la relación entre las variables Prácticas deportivas que realizan y Representaciones del deporte recreativo	40
3.3 Conclusiones y sugerencias	41
<b>4. Cuarta Parte: Anexos</b>	<b>43</b>
4.1. Anexo 1. Referencia del Muestreo	43
4.2. Anexo 2. Diseño de entrevista grupal	47
4.3. Anexo 3. Desgrabación de entrevistas	49
<b>5. Quinta Parte: Bibliografía</b>	<b>75</b>

## **Resumen**

El trabajo de investigación se llevó a cabo para determinar qué representación tiene la población de la tercera edad del barrio Villa Fox (ciudad de Zárate, Bs. As.), sobre el deporte recreativo; y analizar qué relación tiene dicha representación con las prácticas de deporte recreativo que realizan.

Para ello se trabajó con un diseño de tipo descriptivo, en el cual las variables han sido los distintos tipos de deporte recreativo que practican, y las representaciones que describen las características que definen a dicho deporte. La información empírica se obtuvo mediante entrevistas grupales, las cuales fueron grabadas y luego analizadas.

Como conclusión se logró determinar que casi la totalidad de los entrevistados posee una representación del deporte recreativo como una actividad de recuperación y beneficiosa para su salud. Además la gran mayoría considera la posibilidad, mediante su práctica, de descansar de sus obligaciones cotidianas. Casi la totalidad de este grupo también la considera como un espacio de diversión o disfrute. Cerca de la mitad destaca a la práctica deportiva como una actividad no obligatoria, y en una misma proporción la encuentran como una actividad de participación social. Solo una de las entrevistadas la describe dentro del tipo de actividades para formación e información.

También pudimos describir cuáles son las prácticas de deporte recreativo que llevan a cabo. En su totalidad eligen actividades para el mantenimiento de la condición física. Más de la mitad escogen actividades al aire libre, y menos de un tercio practican también juegos y deportes de competición. Solo una de las entrevistadas practica una actividad considerada estética.

Finalmente podemos ver, como relación entre las dos variables, que todas las representaciones del deporte recreativo son asociadas con actividades de mantenimiento de la condición física por los entrevistados, ya que observan mejoras en cuanto a la salud mediante su práctica.

### **Palabras clave:**

Tercera Edad - Deporte recreativo - Representaciones

# **1. Primera Parte: Delimitación conceptual del objeto de estudio**

## **1.1. Área temática, rama y especialidad**

*Área Temática:* Ciencias del Deporte

*Rama:* Deporte Recreativo

*Especialidad:* Deporte Recreativo para la Tercera Edad

## **1.2. Delimitación del tema y subtema**

El tema que he seleccionado para la realización del trabajo de investigación final de la licenciatura es:

*“El deporte recreativo para la tercera edad”*

Y el subtema es:

*“Las representaciones del deporte recreativo para la tercera edad”*

## **1.3. Introducción**

El presente informe de investigación trata sobre las representaciones que posee la población de la tercera edad del barrio de Villa Fox, en la ciudad de Zárate (Bs. As), sobre el deporte recreativo. El mismo nace del interés sobre los temas “representación social” e “imaginarios deportivos” abordados en la materia Deporte Recreativo, a cargo del profesor Carlos Casacchia.

Durante la cursada de dicha materia me encontraba trabajando con gente adulta y de la tercera edad, en la parte recreativa en un natatorio de la ciudad de Zárate; y había dejado recientemente un trabajo con gente de la misma edad en la ciudad de San Fernando.

De forma simultánea con el trabajo del natatorio, comenzaba con una nueva actividad laboral en una empresa de la zona, en la que trabajaba prestando servicios a otra empresa importante de la ciudad de Zárate, en el sector de actividad física, prevención de lesiones y rehabilitación. En este nuevo ámbito coexistían diferentes ideas sobre la importancia de la actividad física; por un lado se encontraba la gente a la cual no le interesaba el desarrollo de dicha actividad, por otro se encontraban grupos que mostraban indiferencia, y finalmente se podía observar el grupo que estaba realmente interesado en el desarrollo de la misma.

Estas diferencias encontradas en los distintos ámbitos laborales despertaron el interés por saber cuáles son las distintas representaciones que tienen las personas de la tercera edad en cuanto a la práctica deportiva recreativa y qué relación tienen esas representaciones con la práctica de dicha actividad.

La importancia de iniciar esta investigación se halla en la posibilidad de acceder a las razones iniciales por las cuales la población de la tercera edad se interesa o no en las actividades deportivas recreativas. De esta forma se podría buscar una forma eficaz para la promoción del deporte y la reeducación de quienes tienen ideas erróneas respecto a la práctica del mismo.

Esto nos daría la posibilidad de construir nuevos proyectos y mejorar la calidad de proyectos vigentes, tanto a nivel micro emprendimiento (como puede ser un gimnasio, Pilates, yoga, etc.), como a nivel institución (como pueden ser empresas relacionadas a la actividad física, clubes, sociedades de fomento, etc.).

#### **1.4. Problema**

Los problemas de investigación hacia los cuales está orientado el trabajo son:

##### *Problema principal:*

¿Qué representación tiene actualmente (2015), la población de la tercera edad del barrio Villa Fox de la ciudad de Zárate (Bs. As.) sobre el deporte recreativo?

*Problema secundario:*

¿Qué relación existe actualmente (2015) entre dicha representación, y la práctica del deporte recreativo en la población de la tercera edad, del barrio Villa Fox de la ciudad de Zárate (Bs. As.)?

## **1.5. Antecedentes, relevancia cognitiva, relevancia práctico-social y propósitos**

### **1.5.1. Antecedentes**

Para la revisión de antecedentes se realizaron consultas a docentes especialistas en el tema de tercera edad, quienes recomendaron algunas bibliografías; se investigó vía internet, donde se pudieron encontrar algunos estudios previos; y se hicieron consultas en la biblioteca de la UFLO donde se encontraban trabajos de investigación relacionados en ciertos aspectos.

Primero se llegó a una investigación realizada por Nilda Daiana Solís titulada “Investigación del Imaginario del deporte en la Argentina”, realizada en junio de 1999, en la Ciudad de Buenos Aires.

La misma trata, tal como lo indica su título, sobre el imaginario del deporte en Argentina en la cual se analiza las representaciones sociales del deporte en niños y jóvenes de sectores populares de nuestro país.

El principal objetivo de dicho trabajo es entender algunos de los mecanismos de la exclusión social en el ámbito deportivo, mediante el conocimiento de su imaginario social; el cual puede llevarlos a entender mejor algunos aspectos del trabajo como lo son las representaciones sociales.

Otra investigación relacionada con nuestra temática es la elaborada por Cristian y Analía Pedraza, titulada “Influencia de la actividad, en la aptitud física de individuos de la tercera edad”. La misma se realizó en el año 2000 por

alumnos de la Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación. Departamento de Educación Física.

El problema que se plantea el trabajo es el siguiente: “¿Qué influencia tendrá la actividad física sobre la aptitud física en individuos de la Tercera Edad?”

En base a dicho problema, se plantean las siguientes hipótesis:

“\* La actividad física sistematizada en individuos de la tercera edad, incrementa la aptitud física.

\* Las cualidades físicas, mejoran luego de un periodo de entrenamiento, organizado, sistematizado, etc.

\* Los factores de riesgo, comunes en la tercera edad, mejoran con la actividad física.

\* La actividad física acuática brinda beneficios y posibilidades a los adultos mayores

\* Los síntomas de algunas afecciones comunes en nuestros adultos mayores mejoran con el ejercicio.”

No se enuncian las metodologías utilizadas para la obtención de los datos necesarios para realizar la producción del conocimiento, sin embargo las conclusiones que se enuncian aprueban las hipótesis iniciales.

Luego se accedió al trabajo realizado por la Graciela Casanova titulado “Las representaciones sociales en torno al juego en la educación física”, realizado en el año 2002 en la Universidad de Flores.

El mismo trata la problemática del fenómeno del juego en el ámbito de la Educación Física. Para ello se enfocaron en las representaciones sociales que los profesores de Educación Física portan del juego. Para tal fin realizaron un estudio de corte cualitativo, utilizando fuentes primarias, con un diseño exploratorio desarrollado en grupo focal sobre una muestra heterogénea comprendida por estudiantes y profesores de Educación Física de la ciudad de Rosario.

De los datos obtenidos comprobaron que el juego es considerado de vital importancia por estudiantes y profesores de Educación Física, reconociendo el placer personal que sintieron cuando jugaron en etapas tempranas de su vida.

En el mismo se cuestionó la formación académica y la falta de espacios de reflexión en torno al fenómeno de juego, en virtud de creer que la problemática y un mejor desempeño profesional en esta dimensión educativa que es el jugar. Y las formaciones profesionales continúan insistiendo en el conocimiento y suelen desentenderse del saber; profundizar en el juego, pero no en el jugar.

Este antecedente, si bien se enfoca en el juego, sirve para obtener información teórica en lo que respecta a representación social, y para observar las estrategias metodológicas diseñadas y utilizadas para obtener información.

Algo similar sucede con el trabajo realizado por el Antonio Bernal, el cual se titula “Las representaciones sociales de la educación física escolar en directivos y docentes”, año 2008 en la Universidad de Flores.

El mismo aborda las representaciones sociales de la Educación Física como área curricular que portan y ponen en acto los directivos y docentes de la Escuela Primaria N° 2 de Azul.

Esta investigación es de carácter exploratorio-descriptiva y se trabajó con una muestra de tipo finalística, intencional, siendo la población doce maestras, un directivo, sus planificaciones y el Proyecto Educativo Institucional de la Escuela.

Los instrumentos de recolección de datos utilizados fueron las entrevistas y cuestionarios guía, realizándose un análisis cualitativo de los contenidos y discursos con el fin de identificar las representaciones sociales.

Al finalizar la investigación observaron que las representaciones sociales son de desvalorización del área ubicándola como asignatura de segundo orden y se concluye que es importante develar estas ideas, creencias, actitudes, saberes para contribuir a la discusión y toma de conciencia sobre sus potenciales efectos simbólicos.

De este antecedente también se obtiene información para nuestro marco teórico, en lo que respecta a al tema “representaciones sociales”, y nos ayuda a planear las estrategias metodológicas para nuestro trabajo ya que también será de carácter exploratorio-descriptivo.

Estos antecedentes, más allá de no enfocarse directamente con la problemática del trabajo de investigación a desarrollar, nos enriquecen la investigación en dos sentidos: -por un lado en cuanto a lo conceptual, ya que nos muestra los beneficios que tiene la realización de actividades deportivas-recreativas para la tercera edad y nos brinda información sobre las representaciones sociales, -por otro lado nos sirve de guía para decidir qué estrategias metodológicas elegir, ya que se asemeja al tipo de investigación de los dos últimos casos (exploratoria-descriptiva).

Por último se llega a una investigación con características similares que realiza un gran aporte a nuestra investigación. La misma fue realizada por M. Inés Armella y se titula “Tercera edad y actividad física. Representaciones y conductas respecto a la actividad física en adultos mayores de instituciones geriátricas de la ciudad de San Salvador de Jujuy, 2008” en la Universidad de Flores. Al igual que los anteriores este trabajo es de carácter exploratorio-descriptivo.

El mismo se desarrolla en 3 hogares de ancianos de la ciudad de San Salvador de Jujuy y para la obtención de datos se le realizaron cuestionarios de preguntas abiertas, por medio de entrevistas a aproximadamente el 50% de la población total. Los indicadores de las variables son los “beneficios físicos”, “beneficios psicológicos”, “beneficios sociales”, “conductas en relación con la actividad física” y “razones o causas del sedentarismo”.

Si bien nuestro trabajo de investigación es sobre una población más amplia, heterogénea y en distinto contexto, el tipo de herramienta utilizado para la recolección de datos en este antecedente, nos sirve de imagen para elaborar el instrumento de recolección que utilizaremos. Además, lo encontrado en dicho antecedente nos es útil para ampliar el marco teórico de nuestra investigación, más específicamente en la parte de representación social.

### **1.5.2. Relevancia cognitiva**

Luego de analizar los antecedentes científicos relacionados a nuestro tema de investigación, observamos que existe un área de vacancia de conocimiento en cuanto a las representaciones del deporte recreativo que posee la gente de la tercera edad en la ciudad de Zárate.

Muchos estudios nos muestran los beneficios de la práctica de actividad física pero no sabemos qué representación tiene la población a estudiar sobre las mismas, y si bien se han realizado estudios similares, los mismos fueron enfocados en poblaciones con usos y costumbres diferentes, o que se encuentran en otra franja etaria. Es por ello que los resultados de los mismos pueden diferir a los datos que intentamos buscar al llevar a cabo la presente investigación.

Esto nos lleva a la conclusión de que este trabajo será descriptivo-exploratorio, lo cual será de gran aporte para la comunidad científica.

### **1.5.3. Relevancia práctico social**

Al comenzar la investigación nos encontramos con una serie de situaciones que nos muestran la importancia de estudiar cuál es la representación que tienen las personas de la tercera edad sobre práctica del deporte en forma recreativa. Primero, si bien existe una amplia oferta de actividades deportivas, las mismas no son promocionadas de una forma adecuada, ya que son ofrecidas a través de internet, el cual es un medio de comunicación poco utilizado por la gente mayor. Esto hace que gran parte de la población que estudiamos no se entere de las actividades y el número de personas que las practica sea menor al esperado.

Otra situación que hace relevante a la investigación es el crecimiento poblacional de la gente de la tercera edad, asociada de forma directa con los avances científicos de la medicina. Este hecho nos motiva a trabajar sobre la actividad deportiva/recreativa para así mejorar el área preventiva de la salud, mejorando también la calidad de vida de dicha gente, ya que se conocen los

beneficios físicos, psíquicos y sociales que obtienen las personas que practican deporte de forma saludable.

#### **1.5.4. Propósitos**

Los resultados del presente trabajo de investigación serán de importancia para todos los actores implicados en la práctica del deporte recreativo de la tercera edad; ya sea la misma gente de la tercera edad que practica o no actividad deportiva, los docentes que las dirigen, y las sociedades u organizaciones que las ofrecen.

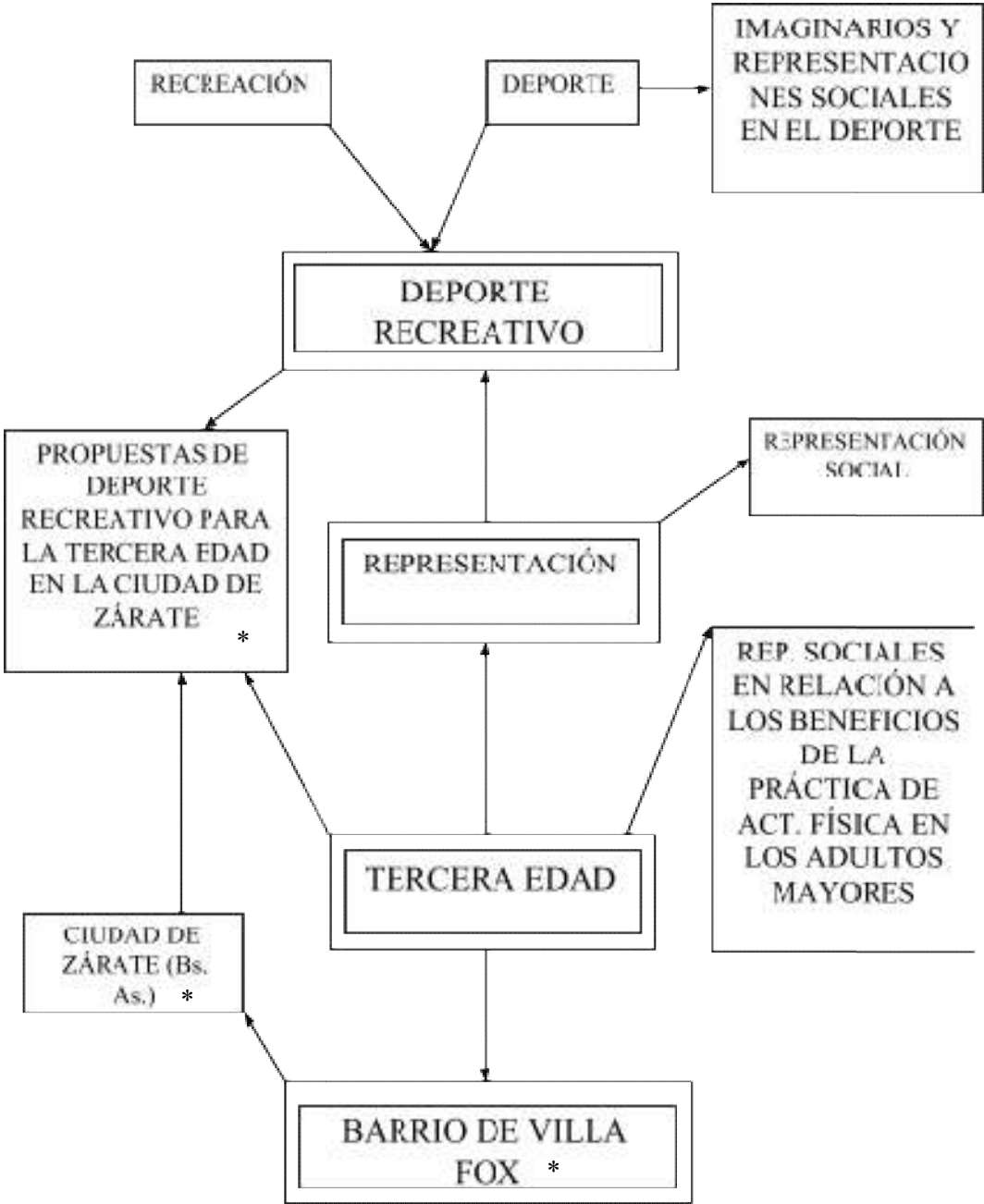
Primero tenemos a la población de la tercera edad, la cual practica o no alguna actividad deportiva; el grupo de personas que realiza actividades deportivas podrán gozar de las mejoras que se produzcan en base al conocimiento de sus opiniones sobre el deporte recreativo, ya que con esa información se pueden cambiar enfoques en la manera de llevarse a cabo. Quienes no practican deporte tendrán la posibilidad de reflexionar sobre la actividad, conocer o recordar los beneficios de la misma, teniendo así la posibilidad de comenzar o retomar alguna práctica deportiva.

Por otro lado tenemos a los profesores que dirigen las clases; ellos tendrán la posibilidad de mejorar la actividad en varios aspectos conociendo los resultados de la presente investigación, ya que sabrán que esperan los “clientes” de la actividad que ellos ofrecen.

Por último tenemos a las sociedades u organizaciones que brindan la actividad, a quienes le sería útil la información obtenida, ya que pueden realizar mejoras en las propuestas que le brindan a la sociedad. Algunas de ellas serían los tipos de deportes que ofrecen, los materiales que utilizan para llevarlos a cabo, las instalaciones que ocupan, etc.

**1.6. Marco teórico**

Para llevar a cabo la investigación se necesita definir los siguientes conceptos:



\*Definidos en los anexos del trabajo.

## **1.6.1. Capítulo 1: La concepción del deporte recreativo**

### **1.6.1.1. Deporte Recreativo**

Para comenzar el primer capítulo definiremos brevemente los conceptos de recreación y deporte para luego describir más profundamente lo que entendemos por deporte recreativo.

Según Waichman (1998) no existen demasiadas definiciones del término recreación aunque algunas de ellas tienen características comunes.

Estas concepciones formuladas por algunos expertos en el tema, permiten elaborar un concepto de recreación de la siguiente forma:

- Es una actividad (o conjunto de actividades);
- Que tiene un lugar en un tiempo liberado de obligaciones exteriores;
- Que el sujeto elige (opta, decide) y
- Que provoca placer (diversión, entretenimiento, alegría).

Las diferencias entre las acepciones de los distintos autores se observan en la profundidad en la que se enfocan sobre cada uno de los ítems mencionados al definir el concepto, es decir, algunos enfatizan la libertad (si la actividad la hacen porque sí, porque la eligieron), otros el tiempo en que la realizan, otros lo placentero, etc. Sin embargo todos tienen en cuenta los ítems mencionados.

Generalmente no utilizamos el término recreación como sustantivo, sino que lo hacemos como un adjetivo de algo (una actividad), es por eso que muchas veces se habla de realizar juegos recreativos, actividades recreativas, deportes recreativos, etc. Es aquí donde las “obligaciones” desaparecen, ya que estas propuestas aparecen acompañadas de la palabra <recreativos/as>, y suponen una relación con el juego, la diversión, el entretenimiento, etcétera; lo que nos determina que no tenemos deberes que cumplir. Así aparece la noción del supuesto tiempo libre como la condición o soporte temporal de la cual puede emerger lo recreativo.

Otro concepto que definiremos brevemente para continuar con este capítulo es el de deporte, y para ello tomamos como referencia la visión de Hernández Vázquez (s/a). Este autor dice que el término deporte es complejo de definir, ya

que su significado fue sometido a distintas modificaciones a lo largo de la historia, y como toda manifestación humana debió adaptarse a las condiciones y exigencias culturales del momento.

Para comenzar establece que el origen del deporte se da gracias al juego, y propone una primera definición del mismo en la que considera al deporte como “el juego más o menos institucionalizado”, y es esto lo que nos lleva a las distintas acepciones a la hora de observar formas de organización: deporte escolar, deporte profesional, deporte recreativo, etc.

Al igual que Waichman(1998), Hernández Vázquez(s/a) analiza definiciones de autores expertos en el tema como Huizinga y Cagigal, entre otros, y reúne las características en común para brindar una aproximación sobre lo que se entiende por deporte actualmente. Entre estas características tenemos:

- El aspecto lúdico como lo más representativo (aunque a veces se niega esta cualidad);
- El aspecto recreativo y de pasatiempo;
- El aspecto agonístico;
- El aspecto organizativo a través de reglas previamente establecidas;
- El ejercicio más o menos intenso (dependiendo de las características de cada deporte);
- El perfeccionamiento y la mejora;
- Algunos mencionan que es una actividad de ocio.

Dentro de esta definición el autor distingue al deporte como práctica y al deporte como espectáculo, haciendo referencia a que en el primer caso las personas son protagonistas de la actividad donde “se divierten” (deporte como práctica), y en el segundo caso (deporte como espectáculo), las personas adoptan una actitud receptiva y “las divierten”.

Para concluir el concepto de deporte distingue tres elementos característicos: primero dice que el deporte es una de las grandes formas de juego que conserva la sociedad; segundo que se realiza practicando ejercicio físico mediante el movimiento corporal en un tiempo y espacio determinado (la intensidad varía dependiendo del tipo de deporte que se realiza); y por último menciona a la competición, ya que actualmente en todo deporte luchamos por

vencer a otros, a uno mismo, o al entorno, tratando así de mejorar y ser superior constantemente.

Separándose de esta última característica Hernández Vázquez (s/a) distingue al deporte recreativo, formativo, integrador y ocioso, como aquel al que puede acceder toda clase de individuos y donde el carácter lúdico y recreativo son los que resaltan. Y dice:

“Su objetivo general, es conseguir que todas las personas, sin importar la edad ni el sexo, puedan conservar todas sus capacidades físicas y psíquicas necesarias para la supervivencia y para preservar a la especie humana de cualquier degradación. El deporte como ocio está dirigido a la población en general, a jóvenes y mayores, incluidas las personas de la tercera edad.”(p.12).

En este sentido, al deporte como ocio, lo clasifica en cuatro categorías:

- a- Juegos y deportes de competición: Son aquellos donde se aceptan determinadas reglas y se enfrentan unos con otros. Entran en este grupo los deportes y juegos tradicionales, deportes y juegos colectivos, y deportes y juegos alternativos.
- b- Actividades al aire libre: Los participantes se enfrentan a un terreno determinado (río, mar, cielo, tierra, montaña, bosque, campo, etc.), e intentan dominarlo afrontando las dificultades que pueden presentar los distintos factores tales como el viento, condiciones meteorológicas, el terreno, etc.
- c- Actividades estéticas: Los individuos dirigen la atención sobre sí mismo y reacciona ante el placer del movimiento corporal coordinado, como por ejemplo la gimnasia rítmica, el baile, el patinaje artístico, la danza, etc.
- d- Actividades de mantenimiento de la condición física: Son aquellas en donde las personas realizan ciertos ejercicios con el objetivo de mantener una buena condición física. Aquí la finalidad no es el placer o la satisfacción de hacer ejercicio, sino el hecho de beneficiarse de sus

efectos. Dentro de esta categoría se encuentra la gimnasia aeróbica, los trabajos con pesas, el crossfit, etc.

Se puede observar en esta clasificación que existen varios motivos por los cuales las personas eligen hacer deporte; para muchos el simple hecho de participar les genera placer. Otros buscan un mejor funcionamiento fisiológico de su organismo, otros una forma de liberarse emocionalmente o tratan de buscar alguna actividad que les agrada para cubrir su tiempo de ocio. También están quienes quieren participar de actividades grupales para relacionarse con distintas personas y socializar.

Para concluir esta clasificación el autor dice:

“Su especial significación proviene de que pueda tener un sentido diferente para distintas personas o para la misma persona en diferentes momentos de su vida”(p.13).

Para entender más aún su visión del deporte recreativo, el autor tomó una clasificación de Caigial (1996) donde hace un análisis de las características del mismo:

- a) Su ocupación es voluntaria y nunca obligatoria: La diferencia entre voluntaria y obligatoria se basa en la intencionalidad. Cuando el deporte se realiza en tiempo de ocio, la intención es siempre recreativa y se realiza mientras produce satisfacción y placer, siendo el objetivo del juego, el juego en sí mismo.
- b) Descanso: Se practica en momentos donde las personas descansan de sus obligaciones, para restablecer el equilibrio perdido por la vida rutinaria, sedentaria y de los momentos de tensión. Se refiere a un descanso activo que es en realidad un momento de recreación.
- c) Diversión: Según Cagial (1996) el deporte goza de una gran posibilidad de disfrute emocional o pasional, ya sea a nivel competitivo, o mediante el ejercicio físico para conseguir tranquilidad y sosiego. Al igual que el

juego es considerado como una de las manifestaciones más importantes de la diversión y es una de las formas más importante para cubrir el tiempo libre.

- d) Formación e información: Una deficiente formación en el campo del ocio se revela tanto como una insuficiente formación en lo académico. El deporte nos ofrece posibilidades formativas a través de su práctica y el entrenamiento, contrarrestando al sedentarismo, mejorando la salud, la relación con los demás, la creatividad y el conocimiento del límite de nuestras propias posibilidades.
- e) Participación social: La soledad que producen las grandes urbes y el trabajo personal, casi siempre diluido en las producciones colectivas, hacen que las personas sientan la necesidad de realizarse y paliar su soledad. Las entidades deportivas hacen posible que se formen grupos sociales, en los cuales funcionan todos los parámetros propios de la dinámica de grupos y donde todo el mundo puede expresar y crear de acuerdo con su rol dentro del mismo.
- f) Desarrollo de la capacidad creadora: El deporte nos ofrece la opción de poner en juego la personalidad, tomar decisiones, razonar y solucionar distintos problemas. Frente al anonimato de la masificación, el sujeto puede sentirse protagonista activo en el deporte.
- g) Recuperación: A través del deporte, el cual debe adaptarse a las condiciones y necesidades de cada individuo, se logra una recuperación y prevención eficaz, para combatir al sedentarismo.

En esta clasificación se puede observar una visión moderna del deporte recreativo en la que todo individuo puede participar, y donde se puede acceder a los beneficios de la formación e integración de forma lúdica, mejorando así la salud de manera recreativa.

## **1.6.2. Capítulo 2: Representación acerca del deporte**

### **1.6.2.1. Concepto de representación social**

En el siguiente capítulo presentaremos las definiciones de <representación social> elaborada por dos autores para definir el concepto de <representación>, y agregaremos el concepto de los imaginarios y representaciones sociales en el deporte, el cual nos permite ver la relación que existe entre el deporte y los “modelos” o “emblemas” que la sociedad absorbe. Luego, para finalizar el capítulo se desarrollará el tema de las representaciones en relación a los beneficios de la práctica de actividad física en los adultos mayores.

Para definir el primer concepto comenzamos tomando la siguiente definición de Moscovici (1984):

“Representación social es un conjunto de conceptos, enunciados y explicaciones originados en la vida diaria, en el curso de las comunicaciones interindividuales. En nuestra sociedad se corresponden con los mitos y los sistemas de creencias de las sociedades tradicionales; incluso se podría decir que son la versión contemporánea del sentido común.” (p.)

Para ampliar el concepto extrajimos del trabajo de investigación elaborado por la Casanova, el cual fue mencionado en los antecedentes, el siguiente párrafo desarrollado por Jodelet (1993):

Elaboramos representaciones...

“...siempre que tenemos necesidad de saber a qué atenernos con el mundo que nos rodea (...) éste mundo lo compartimos con los otros, nos apoyamos en ellos- a veces en el acuerdo, a veces en el conflicto- para comprenderlo, administrarlo o afrontarlo; es por eso que las representaciones son sociales y tan importantes en la vida cotidiana. Ellas nos guían en la manera de designar y definir juntos los diferentes aspectos de nuestra realidad, en el modo de interpretarlos, tomar una posición frente a ellos y eventualmente defenderla. Con las representaciones sociales tratamos con fenómenos observables directamente o reconstruidos por un trabajo científico.”

Luego de observar estas dos ideas, entendemos como representación social a la visión que tienen los individuos sobre determinado tema, la cual es formulada en base a los distintos conceptos y enunciados captados en las distintas comunicaciones sociales que participan a lo largo de la vida.

### **1.6.2.2. Imaginarios y representaciones sociales en el deporte**

Gómez junto con Casacchia (s/a) escriben en el texto sobre los imaginarios y las representaciones sociales:

“A lo largo de la historia, las sociedades se entregan a una invención permanente de sus propias representaciones globales, otras tantas ideas-imágenes a través de las cuales dan una identidad, perciben sus divisiones, legitiman su poder o elaboran modelos formadores para sus ciudadanos tales como el “valiente guerrero”, el “buen ciudadano”, el “militante comprometido”, etcétera... todo poder se rodea de representaciones, símbolos, emblemas, etc., que lo legitiman, lo engrandecen, y que necesita para asegurar su protección... Imaginarios sociales parecieran ser los términos que convendrían más a esta categoría de representaciones colectivas, ideas-imágenes de la sociedad global y de todos lo que tiene que ver con ella.”(Baczko, 1984).

Desde sus orígenes (Modernidad), el deporte tuvo a los campeones como símbolo máximo dentro de la sociedad, supliendo a los caballeros medievales y reivindicando el pensamiento griego sobre los valores del deporte mediante el olimpismo, donde los ganadores de las olimpiadas antiguas eran considerados semidioses.

Los símbolos del campeónísimo perduran en la actualidad, y se le agrega a estos la premiación económica. La misma se da en complicidad (de manera consciente o inconsciente) de todos los actores que integran el ámbito deportivo. Funcionarios del estado, dirigentes deportivos, entrenadores, técnicos, periodistas, jueces, atletas, etc. encuentran una estructura sustentadora dentro de este campo gracias a que el deporte es una de las actividades económicas más lucrativas. También los espectadores, sostienen el sistema debido a que transfieren su imposibilidad de trascender a través del deporte a los campeones, obteniendo así un “permiso a la comodidad y el sedentarismo”.

Por otro lado, existe un intento por promover otros valores dentro de la práctica deportiva aunque sus resultados en su gran mayoría son desalentadores. Se pueden encontrar escuelas deportivas y torneos cuyo fin es la inclusión social, y en los cuales se busca fomentar el deporte de manera recreativa. Estos encuentros muchas veces terminan con situaciones violentas y agresiones entre los distintos actores, ya que no se modifica la simbología socialmente establecida: “si no ganas, no servís”.

Para finalizar, a modo de síntesis se hace una comparación de los dos modelos que existen de imaginarios deportivos:

Por un lado, el Modelo Competitivo tiene las siguientes características:

- Campeonísimo: donde el deporte es visto como medio de trascendencia personal y de obtención.
- El “otro” es un rival a vencer.
- Trama de poder: Los espectadores, en una especie de ritual, viven el triunfo como propio.
- Triunfalismo: “si no ganas no servís”
- Perpetúa y reproduce las relaciones de poder asimétrico entre los sujetos.

Por el otro lado se presenta como cara opuesta el otro Modelo denominado Recreativo y Socializador que tiene las siguientes características:

- Deporte como espacio de encuentro con otro, de comunicación entre pares.
- Espíritu solidario, de cooperación.
- Construcción del sentido de grupo y de equipo para el bien común.
- Sentido lúdico: “jugar por jugar”
- Mejora de la calidad de vida.

### **1.6.2.3. Representaciones sociales en relación a los beneficios de la práctica de actividad física en los adultos mayores**

En este ítem abordaremos el concepto de representación social en relación a la práctica de actividad física en los adultos mayores, tomando como base la

relación obtenida del trabajo de investigación elaborado por Armella, M.Inés (2009), el cual trata las representaciones y conductas en relación a la actividad física en adultos mayores de instituciones geriátricas de la ciudad capital de la provincia de Jujuy.

Dicha autora dice que para elaborar una representación, las personas utilizan mecanismos sensoriales, perceptivos, cognitivos, y afectivos que dan lugar al producto final, basados en sus experiencias, valores y su sistema conceptual.

Agrega, siguiendo la idea de Perner (1994), que serían producto de una actividad mental constructiva a partir de experiencias pasadas, de asimilación de alternativas reales, de influencia de contextos sociales y de percepciones fragmentarias que el sujeto recibe y selecciona.

También añade que;

“...para la construcción de significados acerca de los beneficios de la práctica de actividad física y el deporte, los sujetos ponen en juego no sólo elementos objetivos, sino subjetivos y referenciales. Un proceso que incluye elementos físicos del entorno, así como las propias expectativas del individuo, pero además, aspectos de la cultura vinculados con las consecuencias de la vida sedentaria. Estas ideas implican entonces, que en la construcción de representaciones acerca de los beneficios de la práctica de actividades físicas o deportes, influyen factores psicosociales...” (p.24-25).

Algunos de los factores que se mencionan en el análisis son: el nivel educativo alcanzado, y las experiencias previas de los sujetos a través de su historia personal y social.

Tomando lo expuesto por algunos autores concluye:

“Existe relación entre la información, el conocimiento o la escolarización de los adultos mayores y la percepción de los beneficios y práctica de actividad física. Así lo entienden Dishman y otros (1985) cuando expresan "...los sujetos que poseen conocimientos respecto a los beneficios y práctica del ejercicio, promueven dentro de su estilo de vida la práctica de actividad física..." También Neuberger(1994) y Youngstedt (2000) mencionan que los beneficios percibidos repercuten en el acceso y permanencia de adultos mayores a la práctica de actividad física.”(p.26).

Pont Geis (2003) haciendo referencia al tema expresa que:

“...la educación o información que han recibido los adultos mayores en lo que respecta a la actividad física influirá en que valoren y comprendan la importancia

de los beneficios que su práctica les puede aportar. Los hábitos higiénicos y de mantenimiento del cuerpo están ligados a la educación y a la cultura que hayan recibido.”(p.26).

En el mismo sentido Aranda y Horna (2002) consideran que el analfabetismo y la baja escolaridad de las personas mayores de los 60 años de edad constituyen un impedimento para la percepción de los beneficios de la práctica de actividad física, lo cual determina inevitablemente la ausencia de hábitos en ese sentido.

Haciendo una síntesis de este segundo capítulo definimos a la variable *representación* como el concepto, enunciado o explicación que formulamos los individuos, basados en:

- las vivencias personales,
- los valores y principios éticos y morales,
- nivel educativo alcanzado,
- la cultura,
- y la historia deportiva.

Además pudimos observar la visión de algunos autores sobre la representación en el deporte y en la práctica de actividad física, lo que nos aproxima a prever algunos posibles escenarios con los que nos encontraremos en las siguientes etapas del presente trabajo.

### **1.6.3. Capítulo 3: Tercera Edad**

#### **1.6.3.1. Tercera Edad: desde el punto de vista social y biológico**

Aquí vamos a definir qué edades comprenden a la tercera edad desde distintos puntos de vista (social y biológico) tomando como referencia a la autora Maranzano (2009), lo cual nos va a permitir observar las cualidades de la población en la cual se va a enfocar la investigación.

La Tercera Edad, desde el punto de vista social, es una terminología que se aplica a un grupo de personas mayores que han cesado su actividad laboral en la vida y disponen de tiempo libre.

Este tipo de personas en Argentina se los reconoce como <<jubilados>>, <<clase pasiva>>.

La edad de la jubilación es de 65 años promedio y esta edad es común en casi todos los países. La expectativa de vida se ha modificado considerablemente, en Argentina según el INDEC 2006 es de 76 años en la población total y de 72 años en los hombres y 80 en las mujeres.

Desde el punto de vista biológico se considera tercera edad a la etapa de la vida en que se produce el comienzo de acentuados deterioros biológicos. Está compuesta por la adultez avanzada y la vejez.

Los profesores de Educación Física tomamos esta definición ya que tratamos estas etapas de la vida desde el punto de vista físico, deportivo, recreativo, en relación con las distintas actividades intelectivas, psicosociales, afectivas, motrices que constituyen las áreas de la conducta del hombre, sin descuidar el concepto social.

Biológicamente el comienzo de la involución se manifiesta entre los 45-50 años aproximadamente. Los deterioros no son tan notorios ya que los órganos no envejecen en forma paralela, y este fenómeno se manifiesta en las mujeres con la menopausia y en los hombres con climaterio masculino o andropausia.

La adultez avanzada es una etapa de transición entre la madurez y la vejez que requiere de una adaptación y aceptación biológica y psicológica positiva para afrontar la siguiente etapa (vejez).

La vejez es la última etapa de la vida del hombre que comienza entre los 65-70 años. Este grupo de población universalmente es el que está experimentando un mayor crecimiento demográfico gracias a los éxitos económicos, sociales y sanitarios que han conseguido alargar la vida de las personas.

Si bien estos hechos instalan en la sociedad estereotipos negativos de gente enferma y poco productiva, en la actualidad se intenta promover mediante distintos programas de salud un enfoque en el que se busca mejorar la calidad de vida para los años que le queden a cada persona. Tal como se menciona en el texto de Marín et al, (2008) Estos programas buscan “reducir los riesgos

y el deterioro funcional de los procesos asociados al envejecimiento, proponiendo posponerlos manteniendo una vida física, mental y social activa”. (p.4).

### **1.7. Hipótesis**

Las representaciones que creemos que tendrían las personas de la tercera edad sobre el deporte recreativo serían variadas, debido a que las mismas, tal como se planteó en el marco teórico, serían elaboradas en base a las vivencias personales de cada individuo, y no todas las personas tenemos las mismas experiencias de vida ni los mismos valores. Sin embargo existirían representaciones que coincidirían entre ellas, ya que existen imaginarios comunes dentro de la sociedad. Lo mismo creemos que ocurrirá con la relación que guarda la representación del deporte recreativo con su práctica o no práctica.

Algunas de las representaciones supuestas sobre la práctica de deporte recreativo serían:

- Que el deporte recreativo es una práctica orientada a la gente joven, ya que la gente mayor no está en condiciones físicas para llevarla a cabo.
- Que es una actividad beneficiosa para la salud.
- Que es una actividad beneficiosa para desconectarse de las obligaciones cotidianas.
- Que es una práctica que les permite relacionarse con más gente.

En cuanto al tipo de deporte recreativo que practican nos encontraremos con personas que realizan deporte recreativo de tipo:

- Para el mantenimiento de la salud.
- Actividades al aire libre (Como bicicleta, caminata y deportes náuticos).
- Actividades de competición como fútbol, Newcom, bochas y natación.

No nos encontraremos con individuos que realicen:

- Actividades estéticas.
- Otro tipo de actividad deportiva-recreativa.

En lo que se refiere a la relación entre las variables “prácticas deportivas que realizan” y “representaciones del deporte recreativo” nos encontraremos con lo siguiente:

- Quienes practican actividades de mantenimiento de la condición física, tendrán una representación asociada a la capacidad de recuperación y descanso.
- Quienes realizan actividades al aire libre, tendrán una representación asociada a actividades no obligatorias y a la diversión y el disfrute.
- Quienes practiquen juegos y deportes de competición tendrán una representación asociada a la participación social.

### **1.8. Objetivos**

- Identificar y describir las representaciones que tiene esta población acerca del deporte recreativo.
- Describir las prácticas de deporte recreativo de esta población.
- Describir las relaciones que se observan entre las representaciones de esta población y las prácticas de deporte recreativo que realizan.

## 2. Segunda Parte: Material y Método

### 2.1. Tipo de diseño

El presente trabajo de investigación es de tipo **exploratorio-descriptivo** ya que se busca identificar y describir las representaciones que tienen las personas de la tercera edad sobre los deportes recreativos, y la relación que tiene dicha representación con la práctica de dicha actividad.

Si bien existen estudios con características similares, los mismos fueron realizados en regiones diferentes, y orientados a una población que tiene usos, costumbres y realidades sociales distintas. Es por eso que pueden diferir las representaciones en esta nueva población que se estudia.

En cuanto a la búsqueda del conocimiento, el mismo es considerado de **investigación aplicada**, ya que tiene como objetivo conocer las representaciones que posee la gente de la tercera edad del barrio de Villa Fox en la ciudad de Zárate sobre el deporte recreativo, para luego trabajar en la mejora de las propuestas que existen de dicha actividad, así como también en la motivación de las personas que no practican deporte.

Según el contexto del dato, nuestro trabajo será **de campo** debido a que los datos serán obtenidos a través de entrevistas grupales con la misma gente de la tercera edad en el barrio.

Y **essincrónico o transversal** ya que se consulta sobre las representaciones que tienen sobre el deporte recreativo, y sobre la relación que tiene con su práctica en un tiempo determinado el cual se realizó en el año 2015.

### 2.2. Diseño del objeto

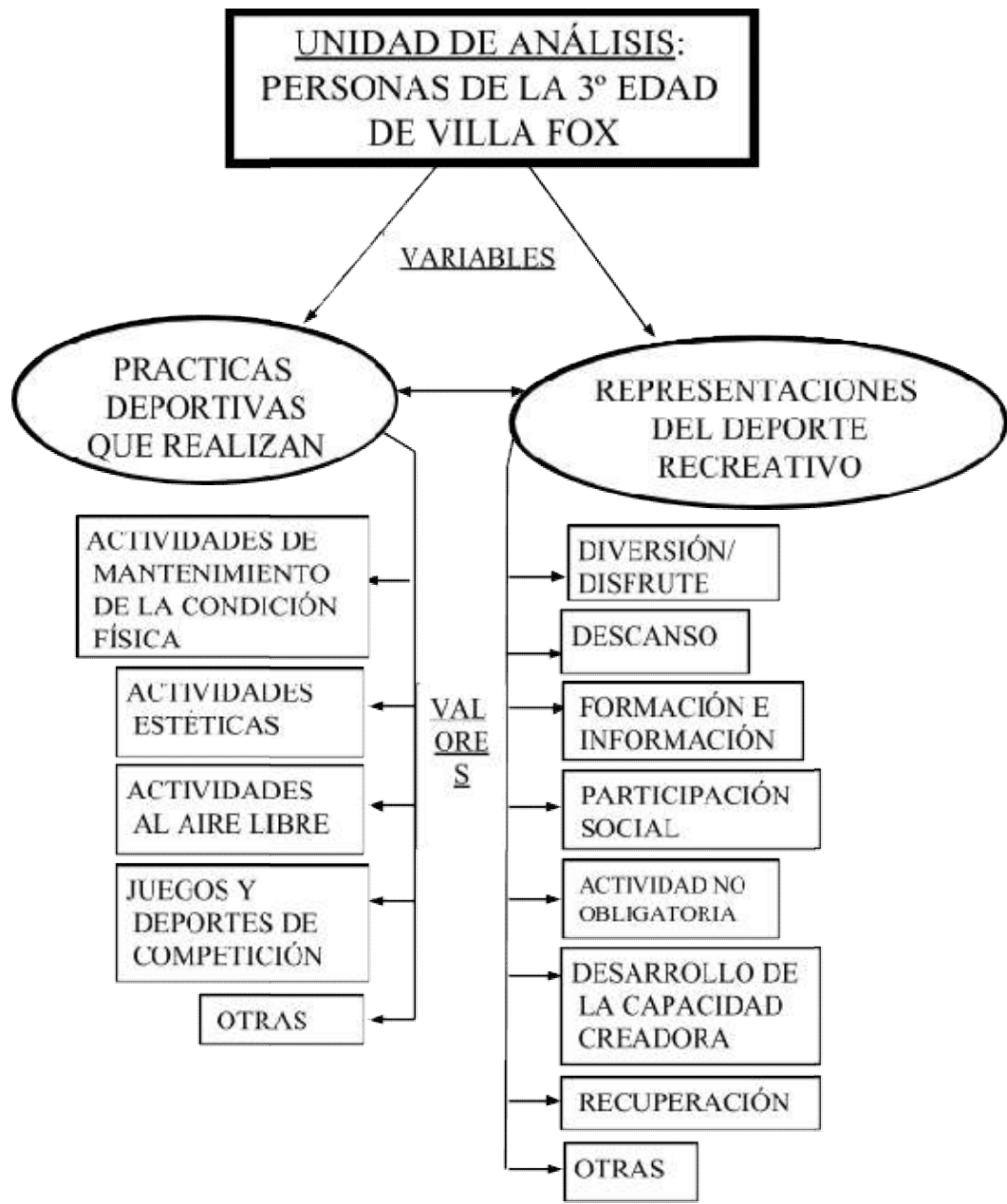
A continuación se desarrollará la matriz de datos mediante una red conceptual. Al comienzo se puede observar que determinamos como Unidad de Análisis a las Personas de la Tercera Edad del Barrio de Villa Fox, las cuales están conformadas por individuos mayores de 45 años, que vivan en el barrio mencionado.

De dicha unidad de análisis se estudiaron dos Variables: una de ellas son las Prácticas Deportivas que Realizan, y la otra son las Representaciones del Deporte Recreativo que poseen. Estas variables se relacionan entre sí, ya que consideramos que la elección que tenga cada persona en cuanto a las prácticas deportivas que realizan estará asociada a las representaciones que tengan sobre el deporte recreativo.

Los Valores de la primera variable mencionada (prácticas deportivas que realizan) son: Actividades de mantenimiento de la condición física, Actividades estéticas, Actividades al aire libre, Juegos y deportes de competición, Otras, y Ninguna. Estos valores(excepto “ninguno” y “otras”), están basados en la clasificación de Hernández Vázquez (s/a), y estarán determinados por las dimensiones que mencionamos a continuación: Vivencias personales, Valores y principios éticos y morales, Nivel educativo alcanzado, Cultura, Historia deportiva. Estas dimensiones fueron tomadas del análisis del trabajo de investigación de Armella, el cual trata sobre las representaciones sociales de la educación física escolar en directivos y docentes.

En cuanto a los Valores de la segunda variable (representaciones del deporte recreativo), serán establecidos en base a la clasificación elaborada por Cagigial (1996), donde dicho autor analiza las características que son más representativas para los individuos acerca del deporte recreativo. Ellos son: Diversión, Descanso, Formación e información, Participación social, Ocupación voluntaria, Desarrollo de la capacidad creadora, Recuperación, y Otras.

Al igual que los valores de la primera variable, los de la segunda variable estarán determinados por las dimensiones anteriormente mencionadas: Vivencias personales, Valores y principios éticos y morales, Nivel educativo alcanzado, Cultura, Historia deportiva.



### 2.3. Fuentes de datos

Para obtener la información que deseamos accedimos a fuentes de datos primarias, mediante la realización de entrevistas grupales. Para ello se planificaron una serie de preguntas disparadoras, las cuales fueron grabadas y luego analizadas una vez finalizadas las mismas.

Este tipo de fuentes concuerdan con las tres condiciones de validez establecidos por Samaja (1994) que son factibilidad, viabilidad y accesibilidad.

Es factible debido a que el entrevistador puede acceder mediante preguntas a los datos que se desean recolectar; es viable ya que mediante las entrevistas se produce una interacción donde los entrevistados pueden desarrollar sus opiniones y explayarse sobre el tema; y es accesible debido a que la interacción producida en las mismas entrevistas nos permitió tomar las opiniones de las personas para luego procesar y analizar los datos.

Además dicho autor establece criterios para evaluar el tipo de fuente elegida.

Ellos son:

- Calidad de datos: Mediante la realización de la entrevista se puede observar fielmente la representación que tiene cada individuo sobre el deporte recreativo y qué relación tiene con sus quehaceres cotidianos. Así mismo la calidad puede ser condicionada en el caso de que los participantes expresen ideas buscando aceptación en el grupo. Para evitar esto se busca que los grupos a entrevistar estén conformados por individuos que tengan cierto nivel de confianza entre sí para que se sientan con mayor libertad al expresar sus ideas.
- Riqueza de los datos: Este tipo de fuente nos permite que las personas se puedan explayar en el tema y nos enriquezca el contenido de los datos a obtener.
- Cantidad o cobertura: Al ser la misma entrevista grupal se prioriza la calidad de los datos a obtener por sobre la cantidad.
- Oportunidad de la información que proporciona: El medio a utilizar para la recolección nos permite una recolección ágil y adecuada a los tiempos de la investigación.

- Economía de los datos: Para la realización de las entrevistas se utilizaron recursos que ya se poseían con anterioridad por lo tanto no se realizará ningún tipo de gasto importante.

#### **2.4. Instrumentos para la producción de datos**

Para la recolección de datos se realizaron entrevistas, las cuales fueron grabadas con el permiso de los entrevistados, utilizando dos herramientas: teléfono celular y tablet. Se realizaron con ambos dispositivos para prevenir el hecho de que falle uno de ellos y que se pierda el material de análisis. Los audios fueron procesados una vez culminado el encuentro.

Las entrevistas fueron de forma grupal con el fin de generar un clima de discusión en el que los participantes se encuentren estimulados, y compartan sus ideas y percepciones sobre los temas a investigar. Esto nos permitió que se diluya la disimetría entre entrevistador y entrevistado, la cual podía aparecer en el caso de que se realicen entrevistas de forma individual.

Las mismas se realizaron en un lugar previamente acordado con los entrevistados, con el fin de que se genere una atmósfera cómoda, y sea un buen espacio para compartir las distintas ideas.

Para llevarlas a cabo se diseñó una guía con una serie de ítems importantes a tener en cuenta: - Las preguntas deben ser cortas y claras para animar los entrevistados a responder, y deben ofrecer más de dos respuestas o alternativas para que pueda explayarse y brindarnos la mayor información posible. - Además dichas preguntas deben inicialmente especificar tiempo, lugar y contexto, y relacionarse con las experiencias de la persona, para que pueda ser respondida de forma precisa, completa y cabalmente. - A medida que se avanza con la entrevista las preguntas pueden ser más abstractas, siempre y cuando guarden relación con el propósito de lo que se quiere evaluar. - Las preguntas deben ser disparadoras, para que los entrevistados respondan libremente, y los entrevistadores debemos estar preparados para aceptar cualquier respuesta sin reaccionar negativa o positivamente, mostrando siempre interés para que las respuestas sean lo más descriptivas

posibles. - A lo largo de toda la entrevista debemos guiar y animar a la participación, así como también debemos dominar la discusión con una actitud tolerante, limitando la participación de aquellos que traten dominar la discusión. - Por último se agradece la participación, el tiempo y el espacio que nos brindaron para realizar nuestro trabajo, y consultamos por dudas o preguntas que quieran hacer.

(Ver Diseño de entrevista grupal en anexo 2)

## **2.5. Población y muestra**

El trabajo de investigación se realizó sobre la población de la Tercera Edad del Barrio de Villa Fox en la ciudad de Zárate (Pcia. De Bs. As.). Para la realización de las entrevistas se tomó una muestra de 11 personas pertenecientes a dicha población quienes fueron entrevistadas de forma grupal. Los grupos fueron conformados por 4 personas, excepto uno, en el cual uno de los entrevistados no pudo asistir, por lo cual se realizaron tres entrevistas. (Ver anexo n°1)

Las muestras fueron de tipo “no probabilísticas” (Hernandez, Sampieri, Batista y Collado, 1991), ya que se buscó investigar individuos que no sean todos del mismo género, que no integren en su totalidad un mismo grupo social (integrantes de una misma comunidad educativa, deportiva, social, etc.), y que tengan distintas edades (siempre dentro del rango de edad a estudiar). Se decidió trabajar con estos rasgos de variabilidad en la muestra para evitar que la misma quede sesgada.

También se considera de tipo “casual” (Padua, 1994) ya que la investigación es de tipo exploratoria-descriptiva y se llegó a los entrevistados mediante contactos y conocidos, y los mismos participaron de forma voluntaria.

Con respecto a la cantidad de entrevistados, la misma está determinada por los tiempos de la investigación, por lo que se buscó una cantidad mínima que sea significativa para nuestro trabajo. El número de integrantes buscó garantizar un nivel de diálogo suficiente para producir la información grupal.

## 2.6. Plan de actividades de contexto

Para la realización de las entrevistas, tal como se mencionó anteriormente, se propuso pactar con los integrantes de los grupos un lugar cómodo y tranquilo para todos, en donde no existan interrupciones, y los participantes se sientan a gusto. Estos podían ser una casa, bar u algún otro lugar propuesto que sea adecuado.

La posición que se tomó para la reunión fue interactiva, ya que se cumplió con el rol de moderador dentro de la misma.

ACTIVIDAD	FECHA
- Realización de listas de posibles entrevistados.	- Semana del 19 de octubre 2016
- Iniciar comunicación con los posibles entrevistados para solicitar su cooperación en la investigación.	- Semana del 26 de octubre 2016
- Coordinación con los entrevistados para fijar la fecha de la cita.	- Semana del 1 de noviembre 2016
- Realización de las entrevistas.	- Semana del 8 de noviembre 2016

## 2.7. Plan de tratamiento y análisis de los datos

En este trabajo nos centramos en los valores de cada una de nuestras variables. Esto nos permitió ver qué tendencias existen en cuanto a las representaciones que se clasifican en nuestro marco teórico, así como también conocer si aparecieron valores que no estaban previstos.

### 3. Tercera Parte: Análisis y conclusiones

#### 3.1. Exposición de los datos

En el presente apartado hacemos la exposición, el análisis, y la interpretación de los datos obtenidos de las entrevistas grupales teniendo en cuenta las dos variables a investigar sobre la unidad de análisis **Personas de la Tercera Edad de Villa Fox**.

La primera variable que expondremos es “**Prácticas deportivas que realizan**”, la cual fue explicada en el marco teórico, utilizando una clasificación de Hernández Vázquez (s/a), quien distingue cuatro tipos de prácticas. Unas son las *actividades de mantenimiento de la condición física*, otras son las *actividades estéticas*, otras las *actividades al aire libre*, y también tenemos los *deportes de competición*.

Prácticas deportivas que realizan	Act. de Mantenimiento de la condición física	Act. Estéticas	Act. al aire libre	Juegos y deportes de competición	Otras
E1	Caminata		Caminata		
E2	Caminata-Aqua Gym		Caminata		
E3	Gimnasio				
E4	Natación-Gimnasio	Danza	Bicicleta	Básquet	
E5	Yoga-Caminata		Caminata	Tiro al aro	
E6	Pilates-Bicicleta		Vóley recreativo al aire libre-Kayak-Bicicleta		
E7	Caminata-Bicicleta		Caminata-Bicicleta		
E8	Caminata		Caminata		
E9	Pilates-Cinta				
E10	Pileta-Streching				
E11	Caminata		Salir a nadar en las vacaciones	Futbol	

La segunda variable a desarrollar es “**Representaciones del deporte recreativo**”, la cual obtuvimos de la clasificación de Caigigal (1996). Dicho

autor distingue siete características que motivan a las personas a realizar deporte, y las utilizamos como valores dentro de nuestra matriz. Ellas son: *diversión o disfrute, descanso, formación e información, participación social, actividad no obligatoria, desarrollo de la capacidad creadora, y recuperación.*

Representaciones del deporte recreativo	Diversión /Disfrute	Descanso	Formación e Información	Participación Social	Actividad no Obligatoria	Desarrollo de la capacidad creadora	Recuperación	Otras
E1							La vida sana igual deporte	
E2				Una parte social muy importante	Encontré una parte recreativa muy importante		Me hacía bien, no me resultaba doloroso después	
E3		Me distrae, para pasar el tiempo					Mejorar la calidad de vida	
E4	Disfrute personal	Para relajarte		Para estar con otra gente			Me gusta por la salud	
E5	Lo disfruto	Despejarte		En grupo, la parte social			Estar bien	
E6	Lo disfruto		Desafíos, juegos de supervivencia				Me gusta sentirme bien	
E7	Siempre disfruté	Libero tensiones			Sin una cosa estructurada y reglada		Por una cuestión de presión	
E8	Me gusta mucho	Desconectarse			No tengo una rutina			
E9	Me gusta lo que hago	Desconectarte un poco de la rutina					Me hace bien para la salud	
E10	Me gusta	Recreación mental, desconectarte		Ves a otras personas	Recreación		Para volver a ser lo que fui	
E11	Más por diversión	El agua te da paz		La reunión entre amigos	Recreativo			

## 3.2. Análisis e interpretación de los datos

### 3.2.1. Análisis de la variable prácticas deportivas que realizan

En el primer análisis de los datos obtenidos podemos observar que todos los entrevistados realizan con mayor o menor frecuencia algún tipo de actividad deportiva-recreativa.

En todos los casos destacan que mediante la práctica de las distintas actividades deportivas observan mejoras en la salud en general, siendo las mismas “caminata”, “natación”, “aqua-gym”, “gimnasio”, “bicicleta”, “yoga”, “Pilates”, “cinta” y “stretching”, las cuales incluimos en el valor de **actividades de mantenimiento de la condición física**. En sus respuestas cuentan que optan por la práctica de este tipo de actividad debido a que durante sus vivencias y experiencias personales ven reflejados los beneficios que disfrutaban al tener el hábito de realizar actividad física. Esto afirma lo mencionado en los trabajos de investigación antecedentes de Pedraza (2000), y el trabajo de la Armella (2008). Ambos trabajos estudian las relaciones de la actividad física con la salud integral de los individuos de la tercera edad, y confirman que los mismos son beneficiosos para la mejora de ésta, y para la prevención de enfermedades propias del deterioro del organismo.

También mencionan que tienen la experiencia de formación propia de la escuela, la cual promueve estos hábitos a través de las clases de educación física, y cuentan experiencias familiares en las cuales se les ha enseñado el valor que tiene gozar de buena salud mediante la prevención de la que son parte este tipo de actividades.

Por otro lado se observa que una de las entrevistadas realiza **actividades estéticas** (“Danza”), por lo cual la hipótesis de que este tipo de prácticas no iban a ser llevadas a cabo por los entrevistados fue refutada.

En lo que respecta a la práctica de **actividades al aire libre** más de la mitad de los entrevistados expone que disfruta de hábitos tales como “salir a caminar”, “andar en bicicleta” y en “kayak”, destacando el agrado por tener un tiempo de “desconexión” de las obligaciones cotidianas, y de poder disfrutar del paisaje y la tranquilidad del río y la costanera de la ciudad de Zárate.

Finalmente se obtiene como dato que, aproximadamente, un tercio de los entrevistados realizan **juegos y deportes de competición**, como son el “fútbol”, “básquet” y “tiro al aro”. Algunos practican este tipo de juegos y deportes dentro de grupos u organizaciones de adultos mayores y de la tercera edad, quienes practican las actividades en la semana y luego van a competencias y encuentros organizados por distintas asociaciones. Y otros compiten de forma recreativa con amigos, como los que se reúnen para jugar un partido de fútbol de manera aislada, es decir, sin una organización de por medio. En este punto podemos observar que este grupo de la población entrevistada cuenta sobre buenas experiencias y vivencias personales que gozan a través de la práctica deportiva en conjunto.

Por último vale aclarar que no se registran prácticas que no estén incluidas dentro de estos cuatro valores analizados.

### **3.2.2. Análisis de la variable representaciones del deporte recreativo**

En este segundo análisis se pueden observar cuáles son los motivos por los que nuestros entrevistados realizan actividad física, y de esta forma podemos obtener los valores que indican qué representación tiene cada uno acerca del deporte recreativo.

Lo primero que observamos dentro de este conjunto de variables, es que más de la mitad de los entrevistados practican deporte recreativo por **diversión/disfrute**. Este grupo de personas tiene la posibilidad de elegir actividades sobre las que manifiestan que: “me gusta”, “me gusta lo que hago”, “lo disfruto mucho”, “siempre disfrute”. En ellas encuentran “disfrute personal” y manifiestan que pasan buenos momentos y se divierten. “lo hacía más por diversión”.

A su vez coincide que la totalidad de este grupo de entrevistados agregan que estos momentos placenteros les sirven “para relajarte”, “despejarte”, “liberar tensiones”, “desconectarse”, “desconectarte un poco de la rutina”, son momentos de “recreación mental y para desconectarte”, y que “les da paz”. Esto transforma el momento de la práctica deportiva-recreativa en un espacio

de **descanso** activo. Sólo uno de los que NO se incluye dentro de la práctica por diversión/disfrute, Si se incluye en la clasificación de descanso, ya que manifiesta que “me distrae para pasar el tiempo”.

Se pudo observar que sólo una de las entrevistadas hizo mención a la **formación e información**, ya que destacó la capacidad de mejorar a través del deporte en cuanto a la formación académica, la superación de “desafíos”, y la práctica de “juegos de supervivencia”.

En cuanto a la **participación social** que se da durante las actividades deportivas-recreativas cerca de la mitad encuentra momentos para practicar deporte con amigos, nuevas amistades o grupos de pertenencia. Esto se ve reflejado cuando mencionan que dicha actividad tiene “una parte social muy importante”, que la practican “para estar con otra gente”, porque “ves a otras personas”, por “la reunión entre amigos”, y que los motiva “el grupo y la parte social”.

Además se observa que cerca de la mitad de la población tiene una visión del deporte o actividad física como una **actividad no obligatoria**, ya que encuentran el placer o satisfacción en sí misma, y la realizan en tiempos de ocio. Esto se puede observar en las siguientes expresiones: “encontré una parte recreativa muy importante”, “sin una cosa estructurada y reglada”, “no tengo una rutina”, y destacan los términos “recreación” y “recreativo” para definir sus representaciones hacia las actividades que llevan a cabo.

La representación más relevante que se observa sobre el deporte recreativo en las personas entrevistadas fue la de **recuperación**. Casi todos destacaron que eligen actividades que se adaptan a sus necesidades, y que los moviliza el hecho de sentirse saludables y combatir el sedentarismo. Se puede observar en las expresiones: “la vida sana=deporte”, “me hacía bien y no me resultaba doloroso después”, “mejorar la calidad de vida”, “me gusta por la salud”, “estar bien”, “me gusta sentirme bien”, “por una cuestión de presión”, “me hace bien para la salud”, “para volver a ser lo que fui”.

Esto nos lleva a relacionar el conocimiento que posee la población Adulta y de la Tercera con respecto a los beneficios que brinda el deporte recreativo en cuanto a la salud, tal como se concluye en los trabajos de investigación de los Cristian y Analía Pedraza (“Influencia de la actividad, en la aptitud física de

individuos de la tercera edad”); y en el trabajo de la Armella, M. Inés (“Tercera edad y actividad física. Representaciones y conductas respecto a la actividad física en adultos mayores de instituciones geriátricas de la ciudad de San Salvador de Jujuy, 2008”).

En ninguno de los casos las personas entrevistadas hacen mención al **desarrollo de la capacidad creadora**, ya que no se destaca la posibilidad de sentirse protagonista activo, ni de poder mejorar la capacidad de resolución de los distintos problemas que pueden presentar las distintas prácticas.

Al igual que en la variable anteriormente analizada, tampoco se encontraron **otras** representaciones para agregar.

### **3.2.3. Análisis de la relación entre las variables prácticas deportivas que realizan y representaciones del deporte recreativo**

En el análisis de las relaciones entre ambas variables se puede observar que todas las personas entrevistadas consideran a la actividad deportiva como una **actividad de mantenimiento de la condición física** más allá de la representación que tenga de la misma. Esto nos hace interpretar que no todas las personas consideran que necesitan de un tipo de actividad específica para mantenerse mejor físicamente.

Otra relación que pudimos observar es que los entrevistados que sólo practican **actividad deportiva para el mantenimiento de la condición física** tienen una representación de la misma que destaca la posibilidad que tienen de **descansar y recuperarse** por medio de su práctica.

Finalmente logramos observar también que quienes realizan **juegos y deportes de competición** tienen una representación de los mismos propia de una actividad en la que encuentran **diversión y disfrute, participación social**, y **descanso** de sus obligaciones cotidianas.

### 3.3. Conclusiones y sugerencias

A continuación desarrollamos las conclusiones obtenidas en base a los resultados logrados luego de realizar el proceso de investigación.

Como primer punto, podemos destacar que, tal como se planteó en los objetivos, pudimos identificar y describir cuáles son las representaciones que tiene la población de la Tercera Edad acerca del deporte recreativo. Observamos que casi la totalidad de los entrevistados considera que el deporte es una actividad de **recuperación**, la cual le es útil para combatir el sedentarismo, y les brinda beneficios en la salud.

Además la gran mayoría hace mención a la posibilidad que tienen de **descansar** de sus obligaciones cotidianas, y así regular sus emociones. Aquí encontramos una relación entre dos variables, ya que casi todos los que ven a la actividad deportiva-recreativa como una actividad de descanso activo, encuentran en ella un espacio de **diversión o disfrute**.

Cerca de la mitad destaca que la práctica deportiva es realizada por placer, **sin que sea ésta una actividad obligatoria**, y en una misma proporción la encuentran como una actividad de **participación social** en la que pueden encontrar distintos grupos de pertenencia. Solo una de las entrevistadas la describe dentro del tipo de actividades para **formación e información**, ya que le ofrece posibilidades formativas a través de su práctica y el entrenamiento, mejorando la salud, la creatividad y el conocimiento del límite de sus propias posibilidades.

También pudimos describir cuáles son las prácticas de deporte recreativo que esta misma población lleva a cabo. En su totalidad eligen actividades para el **mantenimiento de la condición física** con el fin de beneficiarse con sus efectos. Más de la mitad optan por **actividades al aire libre** en las que se enfrentan a desafíos con distintos terrenos, y menos de un tercio de los entrevistados practican también **juegos y deportes de competición**, donde se enfrentan a otras personas. Solo una de las entrevistadas practica danza, siendo la misma una actividad considerada **estética**, ya que los individuos durante su práctica dirigen la atención sobre sí mismo y reacciona ante el placer del movimiento corporal coordinado.

Finalmente podemos ver, como relación entre las dos variables, que todas las representaciones del deporte recreativo son asociadas con **actividades de mantenimiento de la condición física** por los entrevistados, ya que observan mejoras en cuanto a la salud mediante su práctica. Otra relación que pudimos observar es que los entrevistados que sólo practican **actividad** deportiva **para el mantenimiento de la condición física** tienen una representación de la misma que destaca la posibilidad que tienen de **descansar** y **recuperarse** por medio de su práctica. También logramos observar que quienes realizan **juegos y deportes de competición** tienen una representación de los mismos propia de una actividad en la que encuentran **diversión y disfrute, participación social, y descanso** de sus obligaciones cotidianas.

Con los resultados obtenidos en nuestra investigación tenemos la información requerida para realizar las sugerencias que presentaremos a continuación, las cuales sirven como guía para cumplir con los propósitos del trabajo.

Las distintas sociedades, organizaciones o los especialistas independientes que ofrecen actividades deportivas-recreativas para la población estudiada, sabiendo que la mayoría de las personas eligen dichas actividades para el mantenimiento de la salud, y que las mismas sean al aire libre, tienen la posibilidad de ofrecer este tipo de deporte. A su vez en la promoción de este tipo de actividades se propone resaltar los aspectos que se ven mayormente presente en las representaciones que tienen sobre la actividad deportiva-recreativa, que son el descanso de las actividades cotidianas y las obligaciones, la diversión y disfrute, y la capacidad de recuperación.

Además se sugiere que los profesores que dirigen las distintas clases tienen la posibilidad de resaltar y estimular los beneficios que no se destacan en las representaciones de la población entrevistada que son el desarrollo de la capacidad creadora y la capacidad de formarse e informarse mediante las actividades deportivas-recreativas.

## 4. Cuarta Parte: Anexos

### Anexo 1:

#### Referencia del Muestreo

##### Barrio de Villa Fox (Ciudad de Zárate)

- **Ciudad de Zárate (Pcia. de Bs As)**

En este capítulo vamos a hacer una breve mención a la ciudad de Zárate, la cual pertenece a la provincia de Buenos Aires, y dentro del mismo nos enfocaremos al barrio de Villa Fox, en el que se llevará a cabo la tarea de investigación. A continuación realizamos un resumen basado en el texto de Baccino y Sorolla (1997).

La región en la que se encuentra el Partido de Zárate tiene independencia administrativa desde el 19 de Marzo de 1854, año que se separa del Partido de Exaltación de la Cruz. En esa época la población se aproximaba a 1.000 habitantes en la zona urbana y 800 en la zona rural.

El mayor impulso del crecimiento de Zárate se produce a partir de la década de 1880, cuando se ve involucrado en el llamado "Proyecto del '80" como ciudad-puerto del litoral, desarrollándose industrias de elaboración primaria que se vieron beneficiadas por la llegada del Ferrocarril. Dos líneas vincularon al Partido integrándolo al sistema productivo. En ese año la población ascendió a 2.000 habitantes en la parte urbana.

Posteriormente se le suman las primeras grandes industrias: el saladero "La Criolla", las fábricas de papel (1884), y de alcoholes (1889) y, más tarde, las agencias marítimas, los despachantes de aduana y los depósitos de cereales. Comienza, de este modo, la evolución sostenida del área portuaria con la consiguiente construcción de viviendas adecuadas para albergar una población creciente y de edificios e instalaciones aptas para satisfacer la multiplicidad de usos vigentes en el sector.

Con la llegada del siglo XX comienzan los grandes progresos para Zárate. En 1890 la población estimada era de 4.900 habitantes y el crecimiento de las

actividades económico - productivas y las comerciales portuarias, produjeron importantes cambios en la estructura social y urbana.

El 13 de julio de 1909 le fue otorgado a Zárate el rango de ciudad. La estructura del área urbana delimitada hacia fines de siglo se consolida y surgen, además, nuevos parcelamientos: las actuales Villa Angus y *Villa Fox*. Hacia 1920 la población de la ciudad se aproximaba a los 11.000 habitantes.

Entre las décadas de 1930 y 1940 se consolida la expansión de Zárate, apuntalada por el dinamismo de sus industrias clave: papelera y frigorífica. En esos años de intensa actividad económica se realizaron importantes obras públicas en el área céntrica de la ciudad.

A partir de 1950 se produjo una importante retracción de la industria frigorífica que hizo perder a Zárate su rol industrial, acrecentado por su vecina, la ciudad de Campana con la siderurgia y petroquímica.

A partir de 1970 se produjo la diversificación del sector secundario con la instalación de establecimientos químicos y la construcción de grandes obras como la Central Nuclear de Atucha y el Complejo Ferroviario Zárate-Brazo Largo. La destacada potencialidad derivada de su localización geográfica hace que Zárate sea, hoy, uno de los principales focos de concentración de los nuevos emprendimientos industriales y empresarios. En tal sentido, puede señalarse que la puesta en marcha del Mercado Común del Sur (1/1/95) no ha hecho más que afirmar la condición de Zárate como cabecera de puente del mercado internacional del Cono Sur, de promisorio futuro como lo ratifican las instalaciones en ella de empresas del potencial económico de Quilmes S.A., Isenbeck S.A., Protisa, Toyota, Eastman Chemical, entre otras. Asimismo, Murchison S.A. y Multipuerto permiten la operación de terminales portuarias de suma importancia para la región.

Actualmente, según los datos del último censo (INDEC 2010), la población de la ciudad es de aproximadamente 115.000 habitantes, siendo más de un 28% la población mayor de cuarenta y cinco años.

- **El Barrio de Villa Fox**

Para conocer la historia de este barrio se hace mención a una mujer que fue la “madre” de esta vecindad:

Elene Murray nació en Irlanda, en 1844; ella, con sus padres, y tres hermanos llegaron a Argentina hacia 1848 y se radicaron en Exaltación de la Cruz donde residían numerosas familias irlandesas, para luego trasladarse a Zárate en 1853. A los 16 años contrajo enlace con Don James Fox, de 45 años de edad.

El 27 de enero de 1890 muere su esposo, en Capilla del Señor, y a raíz de esto, Elene se hace depositaria del legado de Don James, quien anhelaba crear un nuevo vecindario dentro del poblado de Zárate, en tierras que eran de su propiedad, para que allí vivieran hombres y mujeres dedicados al trabajo y a la vida familiar.

Nacería así, un floreciente barrio que llevaría como nombre el apellido de su hacedor, en virtud del afecto y el reconocimiento popular, aunque otra había sido la intención del mismo.

Cumpliendo con la voluntad de su esposo, Elene Murray, dona en el año 1906 los terrenos para que en la villa obrera se levantara una escuela pública y una capilla dedicada al culto católico, contribuyendo además con dinero para la construcción de la capilla.

A partir del año 1909, cuando le fue otorgado a Zárate el rango de ciudad, el vecindario de Villa Fox fue creciendo, gracias al esfuerzo y el trabajo de toda su barriada, llegando a considerarse hoy en día un lugar constitutivo y representativo de la ciudad.

Durante este período muchas familias de la comunidad italiana, la mayoría de ellas procedentes de la provincia de Ancona, comenzaron a radicarse en Villa Fox. Su gran mayoría, trabajaban en el Frigorífico Smithfield y en la vieja fábrica de papel, de ahí que el incipiente poblado fuera reconocido como la “Villa Obrera”.

En la conclusión de este capítulo podemos ver definida otra de las variables de nuestra investigación que es el barrio al cual pertenece la gente de la tercera edad con la cual se va a trabajar. La misma es en su mayoría descendiente de familias europeas, y de clase obrera.

- **Propuestas de actividades de Deporte Recreativo para la Tercera Edad en la ciudad de Zárate**

En lo que respecta a oferta de actividades deportivas-recreativas, existe una amplia y variada gama de las mismas, las cuales incluyen a todas las clases sociales, y se encuentran distribuidas a lo largo de los distintos barrios de la ciudad.

Se pueden encontrar actividades públicas y gratuitas, organizadas por agrupaciones sin fines de lucro y la Municipalidad de Zárate, tales como yoga, ajedrez, juegos de mesa, newcom, pelota paleta, chi kung, gimnasia adaptada, arquería, etc. Las mismas se desarrollan en parques públicos, hogares de ancianos de distintos barrios, sociedades vecinales, escuelas, clubes y campos deportivos municipales.

También se pueden encontrar actividades privadas en distintos gimnasios, clubes, campings, iglesias, sociedades de fomento, asociaciones, etc. Algunas de ellas son: yoga, Pilates, gimnasia adaptada, stretching, tenis, golf, futbol, ping pong, gimnasia acuática, natación, bochas, tejo, maxi-básquet, etc.

Este análisis nos permite observar que existen muchas actividades de deporte recreativo, de variadas características, a las cuales podría acceder toda la población de la tercera edad que lo requiera. Esto se debe a que se encuentran equitativamente distribuidas en los distintos barrios de la ciudad, y que se puede disponer de actividades gratuitas y pagas, y de distinta intensidad física y mental.

Como conclusión de este último capítulo remarcamos, como se mencionó anteriormente, que la variable a utilizar para la *tercera edad* será del punto de vista biológico, la cual es considerada por los profesores de Educación Física, por lo que la población a estudiar comprenderá a las personas cuya edad esté dentro los 45-50 años en adelante. Además podemos observar en este breve análisis que se presenta en este capítulo que toda esta población tiene disponible una amplia variedad de actividades deportivas-recreativas para realizar.

## **Anexo 2:**

### **Diseño de entrevista grupal**

Primera parte: *Apertura y presentación.*

- Agradecimiento: se agradece la posibilidad que nos brinda cada uno de entrevistarlos y la buena predisposición para encontrar una fecha y un lugar para llevar a cabo la misma entrevista con el fin de establecer un contacto amistoso y crear armonía.
- Se explica la confidencialidad de la entrevista, y se pide permiso para grabar, ya que es necesario para que la investigación tenga sustento.
- Presentación: Decimos nuestro nombre, que pertenecemos a la Universidad de Flores y que estamos haciendo el trabajo de investigación para finalizar la Licenciatura de Actividad Física y Deporte.
- Explicación del procedimiento de la entrevista: La misma será grupal, a modo de conversación, y en la misma el entrevistador propondrá temas de los cuales hablar.
- Temática de la entrevista: La misma será sobre las representaciones del deporte recreativo para las personas de más de 45 años.
- Dinámica de la entrevista: El entrevistador propondrá un tema a desarrollar y de a uno hablará
- Finalidad y consecuencias de la entrevista.

Segunda parte: *Pregunta introductoria y desarrollo.*

- Para comenzar les pedimos que cuenten sus experiencias con el deporte a lo largo de su vida, ya que las mismas van cambiando con el correr del tiempo. (Se busca un tema relacionado a modo de introducción para que el grupo comience la discusión).
- Les explicamos brevemente qué es lo que se considera deporte recreativo.
- Luego les preguntamos si realizan deporte actualmente y qué tipos de deportes son los que más les gustan.

- Les preguntamos el motivo por el cual practican o no deporte, y si es que lo hacen, qué es lo que les gusta de ello.

Tercera parte: *Cierre*.

- Revisamos si faltó tratar algún tema.
- Si faltó algo lo agregamos.
- Despedida, agradecimiento y entrega de un presente: Nos despedimos y agradecemos nuevamente la posibilidad que nos brindaron de entrevistarlos, resaltando la importancia que tiene esto para nuestro trabajo de investigación.

### **Anexo 3:**

#### **Desgrabación de Entrevistas**

##### Entrevista N°1

Investigador: Primero les quiero agradecer que me estén ayudando con el trabajo, tengo que grabar para presentarlo en un trabajo de investigación.

La entrevista es grupal. Yo “tiro” una pregunta disparadora y van a contestando cada uno las ideas personales; la temática son las representaciones del deporte recreativo. En un momento voy a explicar una parte teórica, para después seguir con otras preguntas.

El objetivo de este trabajo es hacer una investigación para después poder, en base a los resultados mejorar el tema de la recreación, o algún emprendimiento, o algo que beneficie a al tema científico.

Primero quería saber un poco de las experiencias de cada uno con el deporte, porque con el correr del tiempo van cambiando las experiencias, tenemos vivencias distintas, y quería saber un poco de cada uno; no sé si alguno quiere empezar a contar las experiencias deportivas.

Entrevistado 1: Bueno, primero, es un honor poder ayudar en este trabajo. En cuanto a eso (sobre todo no tenemos reloj como en el ajedrez acá, ¿no?) Pero yo creo voy a intentar ser medido para que no se desvirtúe (E2 acota: que no pase tanto tiempo) y no se haga muy extenso, claro, y no hacer discursos.

No sé si ha sido adrede esto, pero yo creo que es bastante importante; no voy a decir las edades pero caeríamos siempre en lo mismo, sino en las épocas vividas ¿no es cierto? Es decir, (tampoco cabe decir mi edad, y mucho menos que quede grabado) pero...

Entrevistada 4: Ya está como Mirtha Legrand... (Risas de todo el grupo)

Entrevistado 1: Pero era poco lo que yo hacía en mis épocas. Es decir, el deporte se hacía... (Y eso que mi padre jugo muchos años a la paleta, nunca a

nivel profesional pero era un tipo que me acuerdo que me decía que al club había que ir como una obligación, no como una recreación.)

A los 6-7 años me llevaba a su platea a la Bombonera, por ejemplo, y después en la escuela, es decir... ¿Pero qué se hacía...? Se hacía algo así como en el patio, una especie de fútbol como de mano... Es decir, se hacían dos equipos... Una mezcla de vóley con basquetbol... Eso era todo lo que se hacía... y yo empecé a ir al club ya a los 8-10 años, a un club que se llama Gimnasia y Esgrima de Villa del Parque que está muy cerca de la estación Villa del Parque que fueron más o menos mis barrios. Y ahí había un profesor me acuerdo, mira vos... "Pietrafesa" se llamaba, que instituyó las olimpiadas dentro del club. Entonces eso significaba que lo que a vos te gustaba o más o menos tenías alguna aptitud, entrabas en un equipo (el celeste, el verde, el amarillo, el que fuera...)

Entrevistada 2: Te anotabas donde vos querías..

Entrevistado 1: Y donde vos podías también.. Porque vos más o menos te probabas, ¿no? Y yo ahí me di cuenta que iba a ser pésimo deportista, porque yo me anotaba en ping pong, en tenis, en pelota paleta, en fútbol, en básquet, y alguna vez en patín, es decir el clásico tipo que hacía de todo más o menos. Y por eso no me destacué. Seguí haciendo más o menos de todo hasta que con el tiempo me fui degradando -(entre risas)-, ¿no es cierto? Pero nunca, a pesar de que mi padre era docente por excelencia y todo lo demás, nunca, y cuando yo, claro, tanto ir a la cancha de Boca y ver esos monstruos del 40 y que se yo viste.. Yo quería jugar al fútbol, y él me empezó a decir: "- pero mira que la cabeza ellos la usan nada más que para cabecear." No, quería que estudiará.. Y tampoco en eso tuvo demasiada suerte. Pero el deporte mi época ni siquiera fue recreativo, Yo diría que casi casi ni existió.

Investigador: Claro, era más que nada por obligación.

Entrevistado 1: No tanto por obligación, pero claro, si, era más sano es decir del otro lado del deporte estaba todo lo que naturalmente toda la familia más o

menos formadas rechazaban, ¿No es cierto? Que era la noche las mujeres la bebida es decir todo lo que naturalmente trae el tipo que no hace.. La vida sana igual a deporte, pero hasta ahí nada más y yo también hasta acá nada más.

Entrevistada 2: Yo, con el deporte nada, deportista cero, eh, nada de nada, solamente en la escuela hacía algo eh, porque ahí sí era la obligación pero no me gustaba, tampoco me gustaba ir al gimnasio lo único que yo hice siempre fue caminar mucho, y ahora que voy a la pileta y que me gusta, lo único que hago.

Investigador: Bien...

Entrevistado 3: ¿Yo sigo?

Investigador: sí.

Entrevistado 3: Bueno yo también como decíamos antes yo eh quería ser jugador de futbol en realidad, y empecé con una colonia de vacaciones donde mis padres me alentaron para ir a practicar distintos deportes y bueno lo hice durante un tiempo y después fui al club, y en el club hice deporte que me gustaba durante un tiempo, y al mismo tiempo hacía en la escuela, en esa época en la escuela tenía más importancia el deporte que ahora, este...(sic) sobre todo la competencia, lo hacía en la escuela y en el club, hasta que después bueno, eh.. El tiempo me llevó a trabajar, a hacer otras cosas y le fui quitando tiempo al deporte, y bueno ahora deje de hacer deporte y me estoy dedicando a enseñar a hacer deporte. Nada más.

Investigador: ¿Sonia?

Entrevistada 4: A mi este...Pepe (padre) siempre me, desde que tengo uso de razón, siempre me llevó a moverme, me enseñó a andar en bicicleta desde muy chiquita, me llevaba al río a nadar, ni bien me pudo anotar en una colonia

de actividades físicas me anotó, iba invierno y verano, invierno y verano, a la colonia...

Investigador: Pepe es tu papá...

Entrevistada 4: Pepe es mi papá, sí. Y bueno y a mi mamá también siempre le gustó que los hijos estén en eso y me llevaba a danza durante época escolar, así que siempre muy ligada a la actividad física, a tal punto que ya creo que tenía diez años y ya había dicho que quería ser profesora de educación física. Y si me trataron de persuadirme por todos lados, e igual estudié, me recibí y ahí fue donde empecé a dejar de hacer actividad física porque empecé a enseñar y bueno, cada vez me quedó menos tiempo para hacer yo. Entonces bueno, o no a quedarme menos tiempo, no destinarle yo el tiempo que por ahí podría. Este, así que bueno ahora me estoy dedicando mucho a enseñar y a propiciar que se muevan los demás y casi no hago actividad exclusivamente para mí. Estoy esperando la jubilación.

Investigador: Y dentro de...bueno...ahora Ana (entrevistado 2) contó que hace en la pileta o no sé, un poco de gimnasio, eh ¿qué tipos de deportes recreativos les gustan más? Por ahí hay deportes estéticos, deportes al aire libre, deportes de competición.

Entrevistado 1: ¿Para ver, para jugar, para comentar, ahora en qué sentido?

Investigador: No, para practicar uno digamos.

Entrevistado 1: No, yo ya... (Hace gesto con las manos intentando explicar que ya está afuera de eso) caminar todavía gracias a la exigencia muy grande de Ana (entrevistado 2), sí no digamos caminar, después practicar deporte con los ojos únicamente, mirar nada más.

Entrevistada 2: No, yo también, deportes no practico.

Investigador: No, pero por ejemplo la caminata se considera deporte.

Entrevistada 2: Caminar sí, camino bastante, ligerito (se ríe) y después la pileta sí, hace diez años que voy y no me gusta faltar. Y cuando faltó lo extraño, mi cuerpo extraña ir a hacer esa actividad.

Investigador: Bien. (Invito con un gesto a continuar al entrevistado 3). ¿Qué deporte recreativo?

Entrevistado 3: Y yo. Yo me gusta ir al gimnasio

Investigador: ¿Al gimnasio?

Entrevistado 3: Si. Es lo que puedo hacer en estos momentos.

Entrevistada 2: ¿Vas al gimnasio?

Entrevistado 3: Si.

Entrevistada 4: A mí me gusta andar en bicicleta, me gusta nadar, me gusta mucho jugar al básquet pero ya me doy cuenta de que no me hace muy bien a las articulaciones, pero si no a pesar de la altura (es de baja estatura) me gusta mucho jugar al básquet. Los deportes de conjunto me gustan pero me doy cuenta que al haber por ahí contacto físico, oposición y todo no es lo más aconsejable para la edad que estoy teniendo, pero después ir al gimnasio, a danza, a bailar, a andar en bici eso me gusta.

Investigador: Bien. Bueno, en este trabajo que estoy armando en la parte teórica tomo como una teoría, que dos profesores toman dos modelos del deporte, ¿no? por un lado toman el modelo de competición, en el que la persona por ahí compite, o se inclina por observar las competencias, y por otro lado el modelo de deporte con el que se representa, con la parte recreativa y socializadora. ¿Sí? En este trabajo se toma la parte recreativa y socializadora,

y se trata de ver cuáles son los motivos por los que la persona se inclina a ese modelo digamos. Y para ver cuál es el motivo por el cual practica ese deporte recreativo, no? entonces ese deporte recreativo hay personas que lo pueden practicar por el tema de salud como decía Alberto, por el tema de sociabilizar, por varios motivos no? ¿Cuál sería el motivo de cada uno para practicar el deporte? Quiero saber.

Entrevistado 1: Bueno mira, yo de mí ya...este... en cierto sentido me estoy descartando, pero te puedo decir en el caso de mi hija. (Este fragmento se ha omitido por ser considerado irrelevante para la investigación, ya que cuenta una anécdota de la hija, quien no forma parte de la muestra).

Entrevistada 2: Yo empecé porque me daba cuenta de que tenía que hacer algo con mi cuerpo, y probé en un gimnasio, como no me gustaba dejé en poco tiempo. Y empecé a ir a la pileta, y me empezó a gustar, me gustó, me hacía bien, no me resultaba doloroso después. Hoy sí que voy (risas, la mira a la entrevistada 4 que es su profesora y hace un chiste de los brazos), pero em...después que me di cuenta que me hacía bien, que me gustaba, también encontré una parte recreativa muy importante, una parte social muy importante. Porque se armó un grupo de gente más o menos estable, aunque siempre se van agregando, salen y entran, entran y salen, pero hay un grupo bastante estable, una parte social muy linda, muy importante, se armó un grupo de WhatsApp, estamos muy modernas...

Entrevistada 4: Y un Facebook.

Entrevistada 2: Un grupo de Facebook "Las chicas de la pileta", entonces nos mantenemos comunicadas y en contacto. Así que también si bien sé que me hace bien, que lo necesito cada vez más, también esta parte social es muy importante. Porque me permite reunirme con las chicas, bailar, y reunirnos.

Investigador: Me dijiste, me nombraste primero al comienzo la salud, fue el inicio.

Entrevistada 2: Pero después la parte social es muy importante, porque Alberto siempre me dice, mi marido, (aclara) dice: “las chicas de la pileta, te vas con las chicas de la pileta”, siempre surge alguna cosa para hacer.

Entrevistado 1: El teléfono siempre suena (risas).

Entrevistada 2: Ahora el WhatsApp ya lo aprendí a poner en silencio (risas) entonces no suena tanto. Pero la parte social también es muy importante.

Entrevistada 4: Yo tengo “las chicas de la pileta” y “las chicas de la 7” se llaman.

Entrevistada 2: Yo tengo las chicas de la pileta, el grupo de las jubiladas, el subgrupo de las jubiladas y las “chiquis”, que son las primeras chicas con las que trabajé (risas).

Entrevistado 1: Bueno, seguí vos (le hace un gesto de continuar al entrevistado 3)

Entrevistado 3: Yo decidí ir al gimnasio por el bienestar, mejorar la calidad de vida. La salud siempre fue mi prioridad cuando practiqué deporte. Y con relación a lo sociable, si me interesa pero no es lo principal. Y no sé qué más tenía que decir.

Investigador: No, no, el qué te motiva de la parte recreativa a practicar.

Entrevistado 3: ¿Recreativa?

Investigador: Claro...está bien el tema de la salud.

Entrevistado 3: Me distrae, para pasar el tiempo. Me siento preocupado por mí que por ahí lo dejé de lado un tiempo y bueno, me distrae, me hace bien.

Entrevistada 4: Si, a mí también. A mí la parte recreativa me gusta por la salud, si bien mucho antes me gustaba mucho la parte competitiva porque la disfruté en la época que nadaba, que íbamos a las carreras, era muy lindo formar parte del equipo, y todas esas cosas las disfruté mucho, ahora en lo que más entro es en el tema de la salud, y del disfrute personal. ¿Cierto? Para relajarte, para estar con otra gente. Por placer.

Investigador: Por placer, bien. Bueno, con eso estaríamos. Si pude grabar bien, si anduvo (risas).

Entrevistado 1: ¿Se puede escuchar?

Entrevistada 4: Hací una prueba...

(Terminan las preguntas. El entrevistado 1 muestra su conformidad y agrado hacia la entrevista y hace un comentario profesional, ya que es periodista).

Investigador: bueno, les quiero agradecer de vuelta por haberme ayudado en el trabajo.

(Continúan charlando sobre la experiencia y lo acorde de las preguntas).

## ENTREVISTA N°2

Investigador: Bueno, primero les quiero agradecer que accedieran a la entrevista. Bueno, les explico cómo es esto: es una entrevista grupal, ¿sí? A modo de conversación, yo les voy a ir preguntando algunas cosas, ustedes me van respondiendo de a uno. Si alguno quiere continuar con alguna idea lo puede hacer también. Bueno les cuento yo soy Franco, ex alumno de la escuela, y ahora estoy haciendo la Licenciatura en Actividad Física y Deporte, esto es parte de mi trabajo final. El trabajo trata sobre la actividad de Deporte Recreativo para la gente mayor de 45 años, em...bueno como les contaba vamos a ir hablando un poco todos. Yo por ahí en alguna parte diga, cuente alguna cosa teórica de mi trabajo y después cada uno va diciendo sus ideas. Bueno, la finalidad de esto es conocer las representaciones de cada uno, las ideas que tienen para por ahí aportar algo a cualquiera de los actores que implican el Deporte Recreativo, y bueno como primero quería conocer un poco la historia deportiva recreativa de cada uno de ustedes.

(Risas de todo el grupo)

Entrevistada 5: Yo tengo, porque yo soy de Villa Fox pero nosotros pertenecemos del club Villa Carmencita.

Investigador: Si.

Entrevistada 5: Em..."Viva La Vida", que viene a ser de la tercera edad. Yo no pertenezco todavía a la tercera edad pero mi marido sí, entonces competimos con Entre Ríos, con fuimos a los torneos, fueron porque yo tuve que trabajar, a los Torneos Bonaerenses así que tengo actividad física. Aparte soy profesora de Tai Chi.

Entrevistada 6: (Se sorprende) ¡Mira vos, no sabía!

Entrevistada 5: ¿Viste? Pero em, no lo practico ahora. Me tuve que operar de la rodilla pero siempre hice deporte acá en Villa Fox, y ahora hago yoga pero eso de la Tercera Edad lo da el municipio ¿eh?

Investigador: Si, si. Hay actividades permanentemente(es interrumpido por el entrevistado 5).

Entrevistada 5: También tengo esa remera (señala la remera del investigador, que es de una maratón) que fui a la caminata de Tenaris. Estamos en todas las caminatas habidas y por haber, estamos los abuelos, la tercera edad "Celebra La Vida". ¿No sé si la viste a una bandera violeta?

Investigador: No.

Entrevistada5: Estuvimos en el desfile del 25 de Mayo. Tenemos actividad física, y anoche estuvimos reunidos. Y el 21 de este mes en el club Bayer vienen a competir con nosotros Mansilla, Gualeguay. Em ¿cómo se llama el otro? Federación, compite con nosotros acá.

Investigador: ¿Qué son las competencias que hacen?

Entrevistada5: Newcom, viene a ser de la tercera edad, tres mujeres y tres varones, tiro al aro que estoy yo. ¿Cómo se llama el otro?...tejo, em tejo, tiro al aro...y después otro que es como el tejo no me acuerdo como se llama.

Investigador: ¿Así como las bochas?

Entrevistado 5: Exacto, las bochas y después hacen chin chon, las personas más grandes hacen chin chon y lotería. Estamos todos (es interrumpida).

Entrevistada6: ¡No nos dejaste nada! (risas y chistes)

Entrevistada5: Y anoche estuvimos reunidos, pero ya en otro club, Villa Carmencita. Que Fabiana que es la que nos representa, estaba en la Municipalidad. No sé si la conoces.

Investigador: No. ¿Fabiana qué?

Entrevistada5: Ay el apellido, Fabiana...está con Ramiro en la Municipalidad. No me acuerdo el apellido.

Entrevistada6: Bueno, si quieres yo te cuento, me llamo Viviana. Em, no a mí me interesó siempre la parte deportiva. Siempre traté de hacer algo, algo fijo y después lo que surja. Claro, hoy por hoy lo que sigo haciendo fijo que ya hace varios años es Pilates. Y después lo que surja, lo que me digan, la actividad que haya si yo me puedo enganchar me engancho. Al aire libre por supuesto me gusta más. En mi casa con mis hijas, con dos de ellas más todavía a algún lado que vayamos campo, playa, lo que sea, el equipo de mate y la pelota, al mismo tiempo (hace el gesto de golpe de manos altas), a la par. Así que bueno eso me interesa mucho. Y también hice natación, hice aqua gym, jugué al vóley, si bien no en un equipo determinado jugué al vóley. En un tiempo practicábamos remo. Y ahora estoy con Pilates, pero bueno si me invitan...hace poco nos compramos un kayak así que cuando hay otra oportunidad se usa. Em pero bueno, hay que cuidarse, no se puede seguir haciendo siempre lo mismo, siempre con cuidado.

Investigador: Si, bueno. ¿Mónica?

Entrevistada7: Mi nombre es Mónica, en realidad no soy una persona que disfruto... sí de la recreación al aire libre, pero nunca practique ningún tipo de deporte de manera continua. Si hice yoga por una cuestión de salud, postural y en ese momento lo único que realmente puedo hacer y que lo hago día por medio es la costanera de punta a punta caminando con mi esposo. Que nos hace bien a los dos, pero no puedo porque tengo problema en la columna bastante interesante así que estoy bastante condicionada en lo que respecta.

Pero más allá de eso en mi juventud y demás lo disfrutaba, me gustaba lo que era bicicleta, correr al aire libre pero no la práctica de un deporte que implique la constancia de ir practicar, entrenar y demás ¿no?

Investigador: Bueno, sí, yo en el trabajo tengo que poner todo un marco teórico también y definimos al deporte recreativo como una práctica voluntaria, no necesariamente tiene que ser un deporte reglado o...(es interrumpido) la caminata estaría dentro de esa parte.

Entrevistada7: La caminata la hago, a mí me gusta pero más que nada para ayudarlo a Rober a ver si adelgaza (risas).

Entrevistada5: Yo hago caminata también ¿eh? Caminata y yoga.

Entrevistada6: Vos no hables más porque haces todo Mirta (risas)

Entrevistada5: Bueno, vos me ves...

Entrevistada7: Yo te veo.

Investigador: Bueno. Otra cosa que les quería preguntar ¿qué es lo que les gusta? ¿Qué características les gustan del deporte recreativo? Como por ejemplo Vivi dijo al aire libre (señalo a la entrevistada 2), resaltó esas cosas.

Entrevistada5: Si, grupos, al aire libre.

Investigador: En grupo.

Entrevistada 5: En grupo. Ya estamos acostumbrados al grupo.

Investigador: La parte social...

Entrevistada 5: Social.

Entrevistada 6: A mí al aire libre me gusta, todo lo que sea con el agua me encanta, y por ahí desafíos. Claro, yo justo estoy en una actividad que hago con chicos de quinto, de edad de quinto y sexto grado, y estoy con un grupo de chicos obviamente más jóvenes, pero siempre estamos haciéndoles juegos nuevos. Por ahí les hacemos juegos de supervivencia y con cosas colgadas de los árboles, hacer equilibrio y demás. Y bueno, me engancho. Alguna vez me voy a caer (risas) pero sí, todo lo que tenga que ver más al aire libre.

Entrevistada 7: Si, a mí también.

Entrevistada 6: La bicicleta también. Pelota.

Entrevistada 7: Por ejemplo yo bicicleta es una cosa que debe hacer diez años que por una cuestión de presión me dijeron “caminá o hacé bicicleta” y la tomé como vehículo obligado para venir a la escuela, o para hacer determinados lugares y también me gusta ir a la costanera en bicicleta. Es decir, y prefiero lo que se hace al aire libre y no sosteniendo de que todos hacemos lo mismo, lo que sería ir a un gimnasio, no eso no me gusta.

Investigador: Nada estructurado...

Entrevistada 7: Lo estructurado no, me gusta lo...

Investigador: Bueno, ¿Y qué es lo que buscan en cada una de esas prácticas deportivas?

Entrevistada 5: Yo estar bien, ser sociable y estar en reuniones, despejarte y para nuestra salud.

Investigador: Si tendrías que resaltar una de esas características que nombraste, para socializar, el tema de la salud, para despejarte...

Entrevistada 5: Claro, nosotros en la edad que yo tengo es bueno estar siempre en grupo.

Investigador: ¿Y si tuvieras que destacar una de esas...?

Entrevistada 5: Yoga.

Investigador: No, pero una de esas, uno de esos motivos...

Entrevistada 5: Social. Yo social.

Entrevistada 6: Yo lo disfruto.

Entrevistada 5: También lo disfruto, ¡ojo!

Entrevistada 6: Pero, eh...voy a estar muy triste el día que no pueda hacer más algo así que lo hago también a nivel físico. Me gusta sentirme bien, me gusta saber que puedo seguir haciendo todo lo que me gusta. Así que sé que en el momento que corte algo, después retomar va a ser difícil. Y ya estamos en una edad que por ahí empezar de nuevo algo es difícil, o comenzar con algo entonces la idea es no cortar. Me interesa mucho, muchísimo estar, sentirme y estar bien físicamente. Pero lo disfruto también.

Entrevistada 7: Y yo particularmente considero de que sí, la actividad física tal vez por la edad que nosotros tenemos y por el hecho de ser mujer, nunca fue o tuvo la importancia que tiene en las generaciones de los adolescentes, o de las personas de veinte o treinta años de ahora. Antes la mujer solamente estaba condicionada a otra situaciones, si lo hacía era por motus propio, porque le gustaba. En realidad yo tengo más de 50 años y es una razón, no obstante siempre disfruté de hacer cosas, ya te digo sin una cosa estructurada ni reglada, al aire libre. Ahora lo hago porque me hace bien, caminar me hace muy bien, porque considero que también libero un montón de otro tipo de

tensiones y porque lo disfruto, disfruto el hecho del espacio en el cual voy, por eso es que busco algo al aire libre y no en un gimnasio.

Investigador: Bueno, ahí ya estaríamos. Les quiero agradecer de vuelta por haber ayudado a mi investigación.

Entrevistada 7: Disculpa que ayer cuando te dije estaba en inspección cuando hablé con vos...

(Siguen comentando detalles de la coordinación de la entrevista y relacionado a las actividades que realizan sus familiares).

### ENTREVISTA N°3

Investigador: Bueno primero les quiero agradecer que han accedió a la entrevista, para mí es importantísimo porque es el trabajo final que tengo que hacer para recibirme. Les cuento, yo estoy haciendo la Licenciatura en Actividad Física y Deporte en la Universidad de Flores ¿Si? Bueno, esto lo tengo que grabar porque tengo que presentarlo después con el trabajo, ellos van a escucharlo seguramente la grabación y me van a evaluar, y les cuento: mi trabajo se trata sobre la actividad deportiva recreativa, de la gente de más de 45 años. Bueno, esto lo vamos a hacer a modo de conversación, yo por ahí tiro el tema y van contando cada uno, si? Pueden ir acotando. Eh, bueno...

Entrevistado 8: Si, listo.

Investigador: Bueno, para empezar quería que me cuenten la experiencia deportiva más o menos de cada uno, en su vida, si, ¿no sé si alguno quiere empezar?

Entrevistado 8: Como quieras. Yo hasta los 18 o 19 años practiqué deporte, practiqué básquet. De ahí en más ya ahí ya dejé, lo único que hago es caminar, caminar mucho.

Investigador: ¿Practicabas en un club?

Entrevistado 8: Si, si, si en un club. Si, en Santa Fe. Y después vine a Campana, empecé un poco en Siderca a jugar un poquito más y después ahí ya después dejé todo.

Investigador: Y ahora seguís caminando...

Entrevistado 8: Y ahora lo único caminata, caminar es lo único que hago.

Entrevistada 9: Yo, no hasta la secundaria lo que hacíamos que era vóley.

Investigador: ¿En Educación Física?

Entrevistada 9: Si, en Educación Física. Después bueno, lo que pasa es que cuando tenes criaturas es como que vas, no, no, no el tiempo no te da y lo vas postergando, postergando. Retomé por razones de salud más o menos a los casi 40 años, hice aqua gym por el tema de la columna. Después yoga y lo que hago actualmente es Pilates. Nada más. 3 veces por semana, no sé si a Pilates lo consideran como una actividad física también.

Investigador: Si, si. Se considera, yo en el mismo trabajo voy poniendo la parte teórica ¿no? Y dentro del deporte recreativo se da cuenta de toda actividad deportiva, de actividad física que lo hace uno por su propia voluntad. No tiene que ser necesariamente un deporte reglado, no. Es deporte recreativo, eso es lo que se tiene en cuenta.

Entrevistada 9: Si, si eso es lo que hago. La chica tiene una cinta y hay días que hago cinta y Pilates. Nada más.

Investigador: Bien. (Invita con una seña al siguiente entrevistado)

Entrevistada 10: Yo practiqué deporte hasta los 16 años. Jugué al futbol hasta los 14 años en el club Reisol, que no existe más, y después corría carreras: pedestre, salto en alto, y salto en largo.

Investigador: ¿Hacías todo atletismo?

Entrevistada 10: Si, todo atletismo. Después bueno, me puse de novio, me casé, tuve a mi hija y lo que hago ahora voy a la pileta hace 3 años, hago hidroterapia y fisioterapia por problemas de salud que tengo, y stretching. Hace 4 meses que estoy haciendo stretching, 3 veces por semana, 3 veces por semana la pileta. Stretching una hora y media, y un stretching bastante agudo,

bastante, bastante agudo. Con elongación impresionante, todo lo que es elongación y lo que es stretching de estiramiento muscular. Nada.

Investigador: Se exige mucho...

Entrevistada 10: Si, por un problema de salud, por un problema de salud, pero me súper exijo. Porque...

Investigador: Nota que le hace bien...

Entrevistada 10: Si, porque o sea tengo fibromialgia, que me descubren fibromialgia que afecta a los músculos y los músculos se habían degenerado bastante y se había complicado bastante, bastante y la pileta no era suficiente. Si bien es, los ejercicios que hago en stretching los hago en el agua, y bueno había que lograr hacerlos fuera del agua y en el lugar donde voy se hace stretching, así que hago todo lo que hago en el agua y más. Pero bueno, todos los meses a mí me evalúan los médicos que me atienden, me evalúan y tengo que hacerlo. Lo que hago en stretching tengo que hacérselo a él. Este, para saber qué avances tengo. Nada, agotador.

Investigador: Bueno. (Invita con una seña al siguiente entrevistado)

Entrevistado 11: Yo hice deporte hasta los 18 años, empecé con futbol, terminé con básquet y terminé con remo. Y después ya por razones de trabajo, caminata y a veces futbol entre amigos. Después caminata, hasta el día de hoy caminata.

Investigador: Bien, y quería saber ahora qué tipo de deporte recreativo les gusta. No sé, puede ser al aire libre, o por ejemplo la caminata por ahí la hace por...quería saber eso, qué motivos...

Entrevistado 8: Es porque me gusta la caminata. Tampoco me, no, no, como te puedo decir, no tengo un horario, salgo a caminar una o dos horas, no tengo

una rutina. Pero, yo ya desde...em, me gusta mucho caminar. Me encanta caminar, es lo único, en realidad es lo único que hago.

Investigador: ¿Y qué es lo que más le gusta de caminar? ¿Estar al aire libre?

Entrevistado 8: Si, el aire libre, exactamente, sí, eso es, esa es la realidad. ¿Sabés lo que pasa? Que nosotros a la edad nuestra, bueno...a lo mejor a vos te va a pasar...o no...eso depende de cómo tome cada uno el deporte, pero cuando empezas a tener vos ya otras cosas, ya se te hace difícil, se te hace difícil, como dice mi señora “vos te tenes que hacer para vos, para tu bien, te tenes que hacer, decir bueno yo voy a ocupar una hora para vos”. Pero se te hace difícil, no, no es fácil. Tenes que hacerte y decir, bueno una hora de rutina o de hacer, que se yo, o bicicleta o cinta o que se yo, irte a un club, pero ya irte a un club ya tenes que moverte. Ya no es una hora, ya son dos horas o más y ya para uno se hace difícil.

Investigador: bueno pero ahí en la caminata encuentra lo que le gusta.

Entrevistado 8: Lógico, porque a mí me encantaría ir a Defensores como iba con ellos cuando eran chicos a correr con ellos, a tirar al aro, a jugar un partido de básquet con ellos pero ahora ya no se puede hacer más. Antes lo hacía porque los tenía que llevar a ellos, y estaba ese tiempo con ellos pero si no, no, no en realidad no tenes para hacerte un...

Investigador: Claro... si, si entiendo.

Entrevistado 11: Claro, la hora de trabajo te insume mucho tiempo.

Entrevistado 8: La hora de trabajo, la familia, la casa, un montón de cosas te van llevando a no...

Entrevistada 9: Si, si totalmente.

Investigador: Bueno, qué tipo...

Entrevistada 9: A mi andar en bicicleta me gustaría...

Investigador: ¿También sería por el hecho de estar al aire libre?

Entrevistada 9: Sí, sí, sí, sí, pienso que sí. Que es lo que más...este...pero bueno.

Entrevistada 10: A mí me es indiferente, yo lo que hago lo hago como rutina, por una obligación, me gusta ¿eh? Ojo que me gusta.

Investigador: ¿Qué es lo que le gusta?

Entrevistada 10: El stretching.

Investigador: Pero qué es digamos la característica o por qué le gusta, el motivo.

Entrevistada 10: Porque toda la vida tuve excelente elongación, y tuve un accidente de trabajo y quedé parada durante 3 años, y fue volver de cero. Entonces me sobre exijo para volver a ser lo que fui hasta hace 3 años y medios atrás. Entonces me gusta a veces, a ver como dice Luis, en la jubilación, es el trabajo, yo también trabajo, y la casa, y este correr de un lado para el otro no te permite...yo lo tengo...reconozco que lo hago por una obligación, por un problema de salud porque lo tengo que hacer sí o sí, pero me gusta una vez que estoy ahí me gusta porque es un reto para mí, es un reto grandísimo entonces me sobre exijo porque sé que el musculo tiene memoria, entonces bueno me sobre exijo porque sé que lo voy a hacer, y pero no, me es indiferente o estar al aire libre o estar encerrado.

Investigador: Le gusta más por los logros que tiene...

Entrevistada 10: Si, si, si, a ver, te explico, antes salíamos nosotros a caminar muchísimo, pero era en horario donde a mí me interrumpen mucho lo que es gente, la gente, la cantidad de gente, y siempre encontras a algún conocido, o alguien que te para, entonces yo soy muy estricta con eso, y por eso donde acá no tenes algún lugar como por ejemplo para ir a caminar, nosotros antiguamente agarrábamos todo lo que era la costanera, cuando la costanera no era lo que es hoy, agarrábamos la calle Caseros acá abajo, bajo el puente y le dábamos, le dábamos, subíamos en la Rivadavia. Ahora bueno está atestada, gente, entonces no podes por la cantidad de gente y si no como dice él, por ahí tenés que ir a un club y darte vueltas alrededor de una cancha donde nadie te interrumpa, porque ni siquiera el circuito, ahora el circuito se ha hecho...

Investigador: También va mucha gente...

Entrevistada 10: Impresionante.

Entrevistado 8: Un loquero.

Entrevistada 10: Es un loquero. Es como que no tenes lugar para moverte, a ninguna hora. Entonces bueno, yo voy ahí si bien es cerrado, me gusta.

Investigador: Claro, le gusta tener su espacio.

Entrevistada 10: Si, si. Es eso, primordialmente. Exactamente, tampoco iría a un gimnasio porque me ha tocado, porque he ido...

Entrevistado 8: A rehabilitación.

Entrevistada 10: Si, mucho tiempo a gimnasio por rehabilitación y me, a ver me sobrepasaba que estuviera lleno de gente, por ejemplo y tenía que usar la bicicleta y tenía que estar esperando para que se desocupe la bicicleta, entonces bueno, es eso, me gusta tener mi espacio.

Entrevistado 11: Lo mío, yo salgo a caminar cuando puedo, y camino durante calculale hora y media.

Investigador: Y también me dijo que jugaba a la pelota de vez en cuándo... Y eso ¿qué es lo que le gusta de jugar a la pelota?

Entrevistado 11: No, y la reunión entre amigos, jugar al fútbol, hacer un poco de...actividad un poco, divertirse, lo hacía más por diversión y hobby que como deporte. Lo que extraño a veces es remar, remar sí extraño.

Investigador: ¿Usted remaba acá en Zárate?

Entrevistado 11: Si, acá en el Náutico practicaba. Practicaba, no competí nunca. Pero me encantaba porque salía a la mañana y en ese tiempo no había el tráfico náutico que hay ahora.

Investigador: ¿Y de remo que era lo que le gustaba?

Entrevistado 11: Remar, salir a remar a la madrugada, salir a empujar y practicábamos y salíamos, empecé con el colegio de la secundaria, educación física y nos daban remo en el náutico. Entonces llegábamos a las 7 de la mañana y salíamos a remar, tempranito.

Investigador: ¿Y disfrutaba de estar al...del ambiente?

Entrevistado 11: Disfrutaba del ambiente del río, de la tranquilidad, era hermoso. Y vos sabes que lo extraño eso ahora, pero con los barcos que van y vienen ahora...

Investigador: Es un peligro...

Entrevistado 11: Es un peligro ahora, no es como antes. Antes teníamos tiempo para cruzar el río, ir al (canal) Ñacurutú, remar tranquilo y volver. Pero ahora no, tenes que estar fijándote quién viene, quién no viene, encima los barcos que vienen ahora son terribles.

Investigador: Si, cada vez más grandes, jaja. Bueno, y lo último ¿cuál es el motivo? por ejemplo... ¿Por qué hacen? Por ejemplo ella mencionó la salud (señalando a entrevistada 10), que ahora hace deporte por salud. ¿Cuál es el motivo de cada uno? Puede haber más motivos además del tema de salud.

Entrevistado 8: Yo te digo, a mí lo que me, es el estar, las ocupaciones que te dan, el... El andar acá es las ocupaciones que tenes, es el tiempo para mí. El tiempo te lo poder hacer, pero no, no, no...

Investigador: O sea ¿lo hace más para desconectarse?

Entrevistado 8: Claro, claro. Y los horarios que tenés acá para desconectarte es salir a las 6 de la mañana, que se llena de gente la costanera igual, porque de 6 a 8 es una cantidad de gente terrible.

Investigador: Claro, para la caminata...

Entrevistado 8: Y a la tarde también, es peligroso.

Entrevistada 9: Y a la mañana también es peligroso...

Entrevistado 8: Sí, pero hay mucha más gente que a la tarde.

Entrevistada 9: No, a mí me gusta. Además de que me hace bien para la salud y viste, me gusta, me gusta lo que hago porque es por mi salud mental sobre todo (risas).

Investigador: Claro bueno, lo que dice él (señalando al entrevistado 8) que lo despeja.

Entrevistada 9: Para desconectarte un poco de toda la rutina.

Entrevistada 11: Que uno tiene en la casa...

Entrevistada 9: Sí, y el trabajo y eso. Así que, pero...por ahí ya te digo quisiera dedicarle más tiempo pero no...

Investigador: Lo mismo, el trabajo, la casa, las obligaciones, es difícil.

Entrevistada 9: Es difícil.

Entrevistado 8: Vos no tenés problema porque el oficio que vos elegiste vas a hacer, en tu trabajo vas a hacer gimnasia continuamente ¿no? Vas a estar en eso.

Investigador: Claro, sí, hay veces que por ejemplo me cuesta, porque uno si bien tiene el acceso a hacerlo, también tiene la obligación de estar con la otra persona y seguirla, y por ahí hay veces que se es difícil también hacer lo que a uno le gusta, y también lo tiene que hacer fuera del trabajo. Pero, hay veces que se puede. Sí.

Bueno, (dirigiéndose a la entrevistada 10) los motivos: salud...

Entrevistada 10: Salud, sí y recreación también. Recreación también mental, desconectarte del trabajo, de la casa, de las obligaciones entonces ves a otras personas, hablas de un montón de cosas, entonces es bien para la salud mental también, súper bien para la salud mental. Siempre hablando de salud (risas) Pero bueno, es parte de la recreación, es parte de la recreación.

Investigador: Si, si, totalmente. ¿Alfredo?

Entrevistado 11: No, no tengo más nada para decir. Me gustaría hacer remo no más, pero en esta zona no se puede, tendría que ir a vivir al Tigre a algún lado de esos donde todavía hay...

Entrevistada 9: Tampoco vas a poder (risas)

Entrevistado 11: Si, porque están las lagunas para remo.

Investigador: Y por ejemplo de cada uno, usted me nombró fútbol. Del fútbol ¿qué es lo que más le gusta?

Entrevistado 11: No, del fútbol era porque era más para reunirme con compañeros que para...

Investigador: Era un tema más social.

Entrevistado 11: Claro, recreativo, sí. Y estar con los compañeros. Y el básquet lo practiqué y también hemos jugado básquet en el club, con amigos, o sea siendo grande pero lo que siempre yo le digo a ella (señala a la entrevistada 10, su esposa) extraño la tranquilidad del agua.

Investigador: ¿Y qué es lo que le gusta del agua y de todo eso?

Entrevistado 11: No, no, la tranquilidad y el...

Investigador: ¿Buscar también así desconectarse?

Entrevistado 11: Desconectar porque vos cuando entras a remar te desconectas de todo. Es como que tenes un lugar a donde ir, le das, le das, le das y después volvés, sabes que tener que volver a cierta hora, aparte ya el agua te da una...(Es interrumpido por comentarios varios)Te da paz.

Investigador: Hay mucha gente que disfruta de la naturaleza, el agua.

Entrevistado 11: El agua te da paz, sí. Es cierto.

Entrevistada 9: Totalmente.

Entrevistado 11: También he nadado, me gusta cuando vamos de vacaciones así que vamos al mar o algún lado a donde, me gusta salir a nadar también. Sé nadar muy bien lo que pasa es que a veces uno no tiene la constancia de entrenar así, porque para salir al mar hay que estar más o menos entrenado.

Investigador: Sí, es cierto. Bueno, ahí estaríamos. Si, les quiero agradecer de vuelta porque para mí es importantísimo esto, cuesta encontrar así grupos que quieran juntarse a hacerlo, así que les agradezco...

Entrevistados: No, por favor.

Investigador: Bueno.

Entrevistado 8: No sé si sirvió pero bueno...

Entrevistada 11: Un gusto.

(Continúan conversando de la reunión, que sirvió como motivo para reunirse).

## 5. Quinta Parte: Bibliografía

- Andrade, S; Shedlin, M & Bonilla, E. (s/f). *Métodos cualitativos para la evaluación de programas*. Material de la cátedra Metodología de la investigación II. Universidad de Flores.
- Argentina, Municipalidad de Zárate, Extraído el 30 de abril, 2013, de [http://municipiodezarate.com.ar/wp-content/uploads/2013/04/Escuelas\\_deportivas.pdf](http://municipiodezarate.com.ar/wp-content/uploads/2013/04/Escuelas_deportivas.pdf).
- Argentina, Sociedad de Fomento de Villa Fox (s/f). *La Historia del Barrio de Villa Fox*. [Abstract]. Manuscrito no publicado.
- Armella, M. I. (2009). *Tercera edad y actividad física. Representaciones y conductas en relación a la actividad física en adultos mayores de instituciones geriátricas de la ciudad capital de la provincia de Jujuy* (Trabajo de investigación). Universidad de Flores, Buenos Aires, Argentina. (p.24-26).
- Baccino, S. & Sorolla (1997). *Era una vez... Zárate*. Extraído el 20 de junio, 2015, de <http://www.enzarate.com/cat.php?categoria=Resena-historica>.
- Bernal, A. D. P. (2008). *Las representaciones sociales de la educación física escolar en directivos y docentes* (Trabajo de investigación). Universidad de Flores, Buenos Aires, Argentina.
- Casanova, G. (2002). *Las representaciones sociales en torno al juego en la Educación Física* (Trabajo de investigación) Universidad de Flores, Buenos Aires, Argentina.
- Gómez, J. y Casacchia, C (s/f). *Imaginarios y representaciones sociales*. Manuscrito no publicado. Docentes de la Universidad de Flores, Buenos Aires, Argentina.
- Hernández Sampieri, Batista Lucio y Fernández Collado (1991). *Metodología de la investigación*. Naucalpan de Juárez, México: McGraw - Hill
- Hernández Vázquez, M. (s/f). *Conceptualización del juego deportivo*. Museo del juego.
- Jodelet, D. (1993). *Las representaciones sociales: un campo en expansión*, tema 1, texto N° 3, Seminario de antropología médica, Material de Cátedra Facultad de Filosofía y Letras, Universidad de Buenos Aires, 1993, (p. 1).
- Iñiguez, L. (2008). *Métodos cualitativos de investigación en ciencias sociales*. Universidad de Guadalajara.
- Maranzano, S. M. (2009). *Actividad física para la tercera edad*. Buenos Aires: Dunken (pp. 9-12).
- Marín, Homar, Niedfeld, Matcovick, Mamondea y GIS (Grupo Interdisciplinario para la Salud). (2008). *Evaluación del proyecto estatal de intervención para la mejora de la calidad de vida y la reducción de complicaciones asociadas al envejecimiento: Agrega salud a tus años*. Gacetilla Sanitaria, 23 (4), pp4.
- Moscovici, S. (1984). *The phenomenon of social representations*. En: Farr RM, Moscovici S. *Social representations*. Cambridge.
- Moscovici, S. (1988). *Notes towards a Description of Social Representation*. *European Journal of Social Psychology*, 18, 211-250.
- Padua, J (1994). *Técnicas de Investigación aplicadas a las Ciencias Sociales*, Chile: Fondo de Cultura Económica.

- Pedraza, C. & Pedraza, A. (2000). *Influencia de la actividad, en la aptitud física de individuos de la tercera edad* (Trabajo de investigación). Universidad Nacional de la Plata, Buenos Aires, Argentina.
- Samaja, J. (1994). *Epistemología y metodología*. Buenos Aires: EUDEBA.
- Solis, N. (1999). *Investigación del imaginario del deporte en la Argentina* (Trabajo de investigación). Ciudad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/>
- Waichman, P. (1998). *Acerca de los enfoques en recreación*. Bogotá: Funlibre.