

Información Importante

La Universidad Santo Tomás, informa que el(los) autor(es) ha(n) autorizado a usuarios internos y externos de la institución a consultar el contenido de este documento a través del Catálogo en línea del CRAI-Biblioteca y el Repositorio Institucional en la página Web de la CRAI-Biblioteca, así como en las redes de información del país y del exterior con las cuales tenga convenio la Universidad.

Se permite la consulta a los usuarios interesados en el contenido de este documento, para todos los usos que tengan **finalidad académica**, nunca para usos comerciales, siempre y cuando mediante la correspondiente cita bibliográfica se le dé crédito al trabajo de grado y a su autor.

De conformidad con lo establecido en el Artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, la Universidad Santo Tomás informa que “los derechos morales sobre documento son propiedad de los autores, los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables.”

**Centro de Recursos para el Aprendizaje y la Investigación, CRAI-Biblioteca
Universidad Santo Tomás, Bucaramanga**

**Motivos de deserción de los deportistas de la liga santandereana de atletismo en los últimos
10 años (2008-2017)**

Estudiante

Nelson Andrés Blanco Pilonieta

**Trabajo de grado para optar el título de profesional en Cultura Física, Deporte y
Recreación**

Director

Rubén Darío Pulgarín Araque

Magister en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Universidad Santo Tomás, Bucaramanga

División de Ciencias de la Salud

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

2018

Contenido

Motivos de deserción de los deportistas de la liga santandereana de atletismo en los últimos 10 años (2008-2017)	1
1. Introducción	8
2. Planteamiento del problema	11
3. Justificación.....	19
4. Objetivos	22
4.1 General	22
4.2 Específicos.....	22
5. Marco Teórico	23
5.1 Marco de referencia	23
5.2.1 Momentos históricos del atletismo colombiano.....	27
5.3 Juegos Deportivos Nacionales y Juegos Deportivos Paranales.	36
5.4 Principales institutos del deporte en Colombia: Coldeportes y Comité Olímpico Colombiano	37
5.5 Instituto de deporte en Santander y Bucaramanga: Indersantander-Inderbu.....	40
5.6 El abandono deportivo en Colombia	42
5.7 El abandono deportivo en Santander	46
5.8 El atletismo	56
5.8.1 Clasificación de las pruebas del atletismo	58

5.9 Psicología deportiva como herramienta de la práctica deportiva	59
5.9.1 variables psicológicas.....	62
5.10 Deserción deportiva.....	65
5.11 Actividad física y la práctica deportiva	71
5.11.1 La salud.	71
5.11.2 Actividad física.	72
5.11.3 Ejercicio físico.	73
5.11.4 Deporte.	74
5.11.5 Beneficios de la práctica de actividad físico deportiva.	76
6. Metodología	80
6.1 Diseño.....	80
6.2 Población y muestra	80
6.2.1 Muestra.....	80
6.2.2 Método de muestreo	80
6.3 Criterios de elegibilidad	81
6.3.1 Criterios de exclusión.....	81
6.3.2 Criterios de inclusión	81
6.4 Variables.....	82
6.5 Instrumentos	84
6.6 Recolección y procesamiento de información.....	85

6.6.1 Obtención de la información	85
6.6.2 Fuentes de recolección de la información	85
6.6.3 Técnicas de recolección de información	85
6.6.4 Proceso de recolección de datos.....	86
6.7 Procesamiento de la información	87
6.8 Plan de análisis estadístico	87
6.9 Consideraciones éticas.....	87
7. Resultados	88
8. Discusión y conclusiones	96
9. Recomendaciones.....	106
Bibliografía	108
10. Apéndice.....	118
Apéndice A. Diseño de encuesta	118
Apéndice B. Consentimiento informado	122

Listado de tablas

Tabla 1. <i>Importancia de las variables psicológicas en los distintos periodos</i>	71
Tabla 2. <i>Descripción de características generales de información con respecto al atletismo, como edad, genero, tiempo de práctica deportiva, modalidad del atletismo que practico y rango de edad en el que abandonaron.</i>	88
Tabla 3. <i>Descripción de resultados de los principales factores sociológicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo</i>	89
Tabla 4. <i>Descripción de resultados de los principales factores psicológicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo</i>	90
Tabla 5. <i>Descripción de resultados de los principales factores físicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De atletismo</i>	90
Tabla 6. <i>Descripción de resultados de los principales factores económicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo</i>	91
Tabla 7. <i>Relación entre las variables de tiempo de práctica que tuvo el deportista con el género. Relación entre las variables de tiempo de práctica que tuvo el deportista con el género</i>	92
Tabla 8. <i>Relación entre las variables de modalidad practicada en atletismo y el género</i>	92
Tabla 9. <i>Relación entre las variables de edad de abandono y el género</i>	93
Tabla 10. <i>Relación entre los factores sociológicos de deserción y género</i>	93
Tabla 11. <i>Relación entre los factores psicológicos de deserción y género</i>	94
Tabla 12. <i>Relación entre los factores físicos de deserción y género</i>	95
Tabla 13. <i>Relación entre los factores económicos de deserción y género</i>	95

Listado de figuras

<i>Figura 1:</i> Presupuesto deporte y recreación 2016-2017	14
<i>Figura 2:</i> Presupuesto entidades del sector	15
<i>Figura 3:</i> Santander en los últimos Juegos Nacionales	53
<i>Figura 4:</i> Aporte de medallas de las ligas deportivas.....	55
<i>Figura 5:</i> Clasificación de las pruebas del atletismo	58
<i>Figura 6:</i> Modelo interaccional de motivación	64
<i>Figura 7:</i> Manifestaciones de la actividad física	73
<i>Figura 8:</i> Resultados porcentuales de los factores sociológicos de deserción en atletismo	97
<i>Figura 9:</i> Resultados porcentuales de los factores psicológicos de deserción en atletismo	97
<i>Figura 10:</i> Resultados porcentuales de los factores físicos de deserción en atletismo	98
<i>Figura 11:</i> Resultados porcentuales de los factores físicos de deserción en atletismo	98

1. Introducción

La capacidad de investigar, abordar, conocer, interpretar o manifestar una problemática es una búsqueda necesaria y constante que todo profesional de la academia debe realizar, pues el título académico va más allá de recibir un reconocimiento profesional: Generar soluciones en nuestros campos de acción es una de la principales finalidades. Así, la ciencia de la investigación busca ser “una actividad de tipo social conformada por un conjunto de acciones encaminadas y dirigidas hacia un determinado fin, que no es otro que el de obtener un conocimiento verificable sobre los hechos que lo rodean”. (Sabino, 1992).

Las investigaciones científicas son parte del proceso formativo y de desarrollo aplicadas en los procesos de pregrado universitario. Según la Ley 30 de 1992 que rige la educación superior en Colombia, como también las normas con miras a la acreditación universitaria, explicitan la exigencia del componente investigativo, y las universidades tienen voluntad de fomentar la investigación. (Congreso de la República, 1992)

Esta investigación tiene como principal propósito de estudio conocer cuales lograron ser los principales motivos de deserción en los deportistas de la Liga De Atletismo de Santander, estableciendo una serie de resultados que logren resumir la problemática en la tasa de abandono deportivo que se presenta para este deporte, logrando afectar los procesos de alto rendimiento y resultados deportivos.

De este modo, el planteamiento del estudio parte de un interrogante básico establecido y que puede metodológicamente guiarnos al conocimiento de las causas de abandono. Este interrogante es el siguiente: ¿Qué factores hacen desertar a los deportistas de la práctica del atletismo y sus procesos deportivos de alto rendimiento?

La problemática encontrada en Santander y Colombia principalmente en cuanto al tema de abandono, subjetivamente puede ser alta, donde las causas de abandono en las diferentes edades son múltiples, ya sea por un motivo intrínseco o extrínseco. Diversos estudios arrojan resultados en cuanto al abandono de la práctica del deporte y es importante conocerlos para generar una relación entre el presente estudio y cada uno de ellos.

A continuación encontramos los resultados obtenidos por un estudio llevado a cabo en la ciudad de Granada con una muestra de 857 alumnos (389 chicos y 468 chicas) que permitió conocer una serie de motivos de abandono que establecieron los autores para conocer los principales motivos de abandono de la práctica deportiva. Los resultados arrojaron que el 79.2% de la población no tenía tiempo para realizar la práctica, seguido de preferencia de realizar otras actividades en el tiempo libre con 47.1%, continuando con pereza y desgana para no practicarlo 42.8%, no se cumplió las expectativas deportivas 19.4% como otro motivo y no ser tan buen deportista como esperaba 19.4% entre los principales factores que eligió la población para abandonar la práctica deportiva. Es interesante destacar el resultado que brindo el estudio en la ciudad de Granada, España, ya que nos permitió tener en común con la actual investigación, el principal motivo de abandono deportivo, como lo es la falta de tiempo por algún motivo u obligación, como lo muestra tanto la presente investigación como la nombrada anteriormente. (Macarro Moreno, Romero Cerezo, & Guerrero, 2008). También existió una relación común de respuesta en cuanto al género, afirmando en el estudio nombrado que tanto hombres como mujeres optaron por elegir como principal motivo de abandono la falta de tiempo.

El presente estudio abarca un tema de gran importancia para el campo deportivo, como es el abandono del atletismo, los principales factores que motivan a los atletas a desertar su práctica en el departamento de Santander, conociendo los motivos de deserción que interrumpen los

procesos deportivos, principalmente en el desarrollo de las etapas infanto-juveniles al paso de categorías superiores y así aportar una herramienta a entrenadores y directivos del deporte para fortalecer la continuidad de práctica del atletismo para alcanzar el alto rendimiento y generar resultados deportivos para su departamento o país.

La investigación se llevó a cabo con deportistas que pertenecieron a la Liga Santandereana de Atletismo y sus procesos de desarrollo deportivo. Se tuvieron en cuenta diversos criterios de inclusión y exclusión que la población debía cumplir para hacer parte de la muestra. El proceso de recolección de información se realizó por medio del instrumento de tipo encuesta-cuestionario, donde se expusieron diversas variables (género, edad de abandono, modalidad deportiva practicada, tiempo de práctica del atletismo y motivos de deserción) que fueron planteadas para generar los resultados. El estudio conformo el mayor número de muestra eligiendo tipo de muestreo no probabilístico y por conveniencia, acudiendo fuentes a de información que fortalecieran los diversos puntos que conforman el texto investigativo, desde al marco teórico o referencia, el proceso metodológico, la obtención de resultados y su respectivo análisis.

La deserción deportiva es un tema que para la ciudad de Bucaramanga y el departamento de Santander ha sido muy bajo en cuanto a procesos de investigación, los antecedentes para este tipo de investigaciones es mínima, donde no se encontraron estudios que logran referenciar y apoyar el presente proceso investigativo. Establecer este estudio fue trascendente para generar resultados y conclusiones que logren disminuir la deserción deportiva para el atletismo y una guía referencial para entrenadores de otras disciplinas deportivas, contribuyendo una herramienta útil que pueda generar la motivación a profesionales del deporte y sus ciencias para fomentar

más temas de investigación sobre el abandono y deserción deportiva para el departamento de Santander y sus ligas deportivas.

2. Planteamiento del problema

La práctica masiva del deporte ha ido en aumento durante las últimas décadas, siendo un área importante para el desarrollo de los niveles deportivos de los diferentes países y así mismo un precursor de los valores morales y éticos de las diferentes sociedades que llegan hacer parte del mundo deportivo.

Así lo demuestra el programa Supérate Intercolegiados, plan deportivo que busca incluir la participación de instituciones educativas y niños de todo el país, donde se evidencia la muestra de talento deportivo e intercambio cultural.

El director del Programa, Juan Carlos Peña Quintero, se refirió al avance que ha tenido Supérate durante los últimos años manifestando que: La Categoría A y B del Programa Supérate ha estado muy concurrida, tenemos una participación positiva y la organización del Programa continúa sorprendiendo a los delegados, jefes de misión, deportistas de cada regional y a todos los municipios del país (Coldeportes, Superate Intercolegiados, 2014)

Los niños y niñas que han llegado de las regiones más apartadas del país a la Final Nacional de Supérate, se han mostrado satisfechos por las bondades que ofrece el Programa, que incluye alojamiento, transporte (aéreo o terrestre), implementación deportiva y uniformes. Además la inclusión social que ofrece el programa para generar una mayor equidad e igualdad entre las diversas culturas del país.

El objetivo de Supérate, es la garantía del derecho al deporte, es una estrategia que creó el señor Presidente de la República, el doctor Juan Manuel Santos, para garantizarle a las regiones más apartadas del país y los municipios la igualdad de condiciones en materia deportiva. Si un deportista

tiene capacidades y se prepara, tendrá las mismas garantías para participar en el Programa. Esto se ha logrado con el trabajo en cada institución educativa, cada municipio y cada departamento para llegar a todo el territorio nacional. (Coldeportes, Superate Intercolegiados, 2014)

Este programa nace bajo el lema Deporte, Convivencia y Paz para el año 2010 bajo el mandato gubernamental del Presidente Juan Manuel Santos “Prosperidad Democrática”, como enfoque estratégico de COLDEPORTES enmarcado en su Plan de Acción 2010 -2014 y obedeciendo los lineamientos del Plan Decenal del Deporte, la recreación, la educación física y la actividad física para el desarrollo humano, la convivencia y la paz 2009 -2019.

En diciembre de ese año inicia el entonces Gestor de Deporte, hoy Programa Deporte, Convivencia y Paz, cobijado por un convenio entre COLDEPORTES y el antiguo Ministerio del Interior y de Justicia. El programa surge como una iniciativa que entiende el deporte como un bien social, a partir de la recreación, la actividad física y aprovechamiento del tiempo libre, buscando la equidad y la paz fortaleciendo las habilidades y los valores en torno a la sana convivencia.

Los principales objetivos de este programa de inclusión y desarrollo deportivo, son entre los principales fortalecer las relaciones de convivencias en niños, niñas y adolescentes en condición de vulnerabilidad a través del deporte, la recreación y actividad física. Además, se busca del aprovechamiento del tiempo libre, la recuperación y apropiación de escenarios deportivos y la promoción de procesos comunitarios que aporten a la construcción de paz en zonas urbanas y rurales del territorio nacional. (Coldeportes, 2016)

Por ello, el impulso que deben generar los diferentes entes gubernamentales ante la práctica en las diferentes áreas deportivas debe ser constante y continua, permitiendo encontrar en el deporte un espacio de formación personal que guía la conducta positiva del individuo. Como pudo evidenciarse en los relatos plasmados de la película “invictus” y que toma como

protagonista al Expresidente Sudafricano Nelson Mandela después de las épocas divididas de pensamiento y relación entre blancos y negros de Sudáfrica, pactadas por el apartheid; donde por medio del factor humano logro unir a su nación gracias al espíritu deportivo, específicamente por el mundial de rugby de 1995 que organizo y donde fue campeón la selección del Sur de África. Esto permite concluir en términos generales la importancia que adquiere y posee el deporte en cuanto a las relaciones humanas y formación de conductas positivas de la persona que llega a desarrollar por medio de la práctica de alguna modalidad deportiva y donde pudo crear algo que él llamo, construcción de una nación. (Eastwood, McCreary, Lorenz, & Neufeld, 2009)

Ante este valor positivo que nos brinda el deporte, es lógico que la práctica del cada día sea más llamativa para edades tempranas de los niños, puesto que además de lo nombrado anteriormente, la área del deporte y la actividad física permite contribuir al desarrollo correcto de las diferentes capacidades motrices de los niños, y así contribuir a factores sociales, económicos, físicos, psicológicos de él y los de su familia.

El abandono que sufren los deportistas y entrenadores respecto al apoyo económico necesario para los diversos procesos deportivos de construcción al alto rendimiento es una de las principales problemáticas en Santander. Durante años esta población viene reclamando a los entes gubernamentales del deporte la falta de proyección deportiva, de apoyo económico para los deportistas y competición en eventos deportivos.

Es importante que los entes deportivos de Santander designen los recursos justos para el desarrollo de los diversos programas de iniciación deportiva y alto rendimiento en las diferentes ligas deportivas que conforman el Indersantander, principal Instituto Departamental de Recreación y Deportes de Santander.

Esta problemática viene presentándose a nivel Nacional donde el recorte de presupuesto para los departamentos en el sector deportivo ha disminuido durante los últimos años, lo que genera una problemática en cuanto a designación de dinero para diversos programas de inicio y desarrollo del deporte, confirmándolo desde mi punto de vista personal por lo evidenciado en mis 12 años de carrera deportiva junto con los informes que tanto periódicos locales, Nacionales e informes en programas de televisión muestran a la sociedad.

En el transcurso de 2015 y 2016 el total del presupuesto de Coldeportes se redujo en 25% y para las vigencias de 2016 a 2017 en más del 28%. Por componentes, las variaciones del presupuesto de esta entidad, con respecto a 2016, muestra una menor asignación en el total de gastos de funcionamiento por 11,2%. Los rubros que se disminuyeron fueron los de transferencias corrientes con una afectación cercana al 15% y los gastos generales en 10,3%; mientras que los gastos de personal se mantuvieron prácticamente al mismo nivel de 20016. La inversión es la gran afectada en este subsector, la cual se contrae hasta en 31,5% en la proyección de presupuesto para la próxima vigencia. (Contraloría, 2017)

Cuadro 52

Presupuesto deporte y recreación 2016 y proyecto presupuesto 2017 Miles de millones de pesos

Sector cuenta	2016	2017	Diferencia	Crecimiento
Deporte y Recreación	416	299	-117	-28,2
Funcionamiento	67	60	-8	-11,2
Gastos de personal	16	16	0	0,9
Gastos generales	2	2	-0	-10,3
Transferencias corrientes	49	42	-7	-15,1
Inversión	349	239	-110	-31,5

Fuente: SIIF; Proyecto de Presupuesto 2017.

Figura 1: Presupuesto deporte y recreación 2016-2017

Fuente: (Contraloría, 2017)

En términos de resultados de los actuales Juegos Olímpicos y de las metas que venían proyectadas antes de los recortes de los últimos años tal vez no se manifiesten inmediatamente, pero la base futura de la cultura deportiva y de recreación en el país está siendo inmediatamente determinada por la afectación negativa del presupuesto de inversión.

Cuadro 53

Presupuesto entidades del sector

Miles de millones de pesos

Sector / Entidad / Cuenta	Miles de millones		Variación Miles de millones	Crecimiento %
	2016	2017		
Deporte y Recreación	416,2	298,9	-117,3	-28,2
Coldeportes	416,2	298,9	-117,3	-28,2
Funcionamiento	67,2	59,7	-7,5	-11,2
Inversión	349,0	239,2	-109,8	-31,5

Fuente: SIIF Nación - Ministerio de Hacienda y Crédito Público

Figura 2: Presupuesto entidades del sector

Fuente: (Contraloría, 2017)

Las imágenes anteriores muestran el recorte presupuestal que sufrió el deporte en los últimos años para Colombia, lo que permite concluir las deficiencias que el Gobierno Nacional manifiesta con el sector deportivo. Parece no importar los magnos resultados conseguidos por los deportistas Colombianos principalmente durante las últimas dos ediciones de Los Juegos Olímpicos de Verano, Londres 2012 y Rio de Janeiro 2016, donde la cosecha de medallas fue mayor para el país.

Son numerosos los aspectos establecidos para cumplir con gran éxito un programa deportivo con atletas, donde los entrenadores tengan claros y logren desarrollar los procesos de rendimiento evitando afectar los procesos en la modalidad deportiva junto con su etapa de crecimiento y donde los institutos de deportes entiendan los beneficios que genera la actividad física desde etapas tempranas, logrando hacer parte del desarrollo del niño como los programas

deportivos en edades mayores evitando su deserción y aumentando la participación deportiva. Entre los principales beneficios se encuentran: a nivel físico, psicológico y social. Así la actividad física produce un crecimiento y desarrollo saludable del sistema cardiorrespiratorio y musculo-esquelético, el mantenimiento del equilibrio calórico, y por lo tanto, un peso saludable, la prevención de los factores de riesgo de enfermedades cardiovasculares tales como la hipertensión o el elevado contenido de colesterol en sangre, y la oportunidad para desarrollar interacciones sociales, sentimientos de satisfacción personal y bienestar mental.

Existen pruebas científicas sólidas que demuestran que la actividad física es importante para el bienestar psicológico infantil. Los niños y niñas con niveles de actividad más bajos presentan una prevalencia más elevada de trastornos emocionales y psicológicos. El deporte y el ejercicio proporcionan un medio importante para que niños, niñas y adolescentes tengan éxito, contribuye a mejorar su bienestar social, su autoestima y sus percepciones sobre su imagen corporal, y su nivel de competencia, provocando un efecto más positivo en aquellos que tengan una baja autoestima. Además, los niños con niveles de actividad más elevados presentan así mismo probabilidades de tener un mejor funcionamiento cognitivo. (Aznar Laín & Webster, s.f.)

El aporte que realiza el deporte hacia la población que lo practica es indudablemente positiva, por ello no pueden derrumbarse los procesos deportivos y por lo contrario deben fortalecerse y consolidarse, para que los jóvenes adulto que lo practique obtenga una adherencia hacía la práctica y logre resultados deportivos representativos con su departamento y país.

Esta investigación desarrollada en la ciudad de Bucaramanga con la población que ha hecho parte de la Liga Santandereana de Atletismo, se estableció cuáles son los principales motivos clasificados en las diversas dimensiones (físicas, psicológicas, sociológicas y económicas) que llevaron a los deportistas a la deserción de esta disciplina deportiva y sus procesos deportivos. En

el caso de la ciudad de Bucaramanga y la Liga Santandereana de Atletismo, los resultados nos indican que principalmente han sido obtenidos por deportistas que participan en categorías inferiores, menores a 20 años. Paralelamente los resultados que deben obtenerse en categorías mayores son muy mínimas, lo que por lógica ya nos indica que la participación no es tan magna así como la cantidad de atletas que participan en estos eventos no es mayoritaria. Esta es una problemática que viene afectando a los entrenadores e Instituto Departamental de deporte, debido a que los resultados en eventos de gran importancia no han sido los más deseados.

Conocer cuáles son los motivos de deserción que interrumpen los procesos deportivos para llegar a la participación de dichos eventos de talla Nacional e Internacional para la disciplina del Atletismo es la finalidad de esta investigación; así poder contribuir como Profesional del Deporte a detectar y realizar planes de contingencia y desarrollo, evitando el abandono en los deportistas, fortaleciendo la base inicial de estos procesos deportivos y así contribuir al mejoramiento de los resultados deportivos en el atletismo de nuestro departamento de Santander.

Para conocer cuáles pueden ser causantes de esta problemática de abandono, se ha referenciado una investigación realizado por el grupo Cumanday Actividad Física y Deporte de la Universidad de Caldas por Ramón Bermúdez (Factores de estrés, causas del abandono y cualidades volitivas en deportistas infantiles, 2007), ha realizado en tres líneas de estudio un informe para conocer los factores de estrés, causas de abandono y cualidades volitivas en deportistas infantiles. Sobre la línea de estudio conforme a los factores de abandono que del deporte de subacuáticos (13 = 38.2%), ciclismo (2 = 5.8%), atletismo (1 = 2.9%), patinaje (9 = 26.4%) y triatlón (9 = 26.4%). En total fueron 34 deportistas que se habían retirado, la mayoría de ellos ya habían participado en torneos internacionales, nacionales, zonales y departamentales. En el grupo general las causas más importantes que determinaron el abandono fueron en su

orden: tenía otra cosa que hacer (estudio o trabajo), (a). No había bastante espíritu de equipo, (b). El interés por la competencia era excesivo, (c). El entrenador era demasiado duro y exigente, (d). No recibía bastantes recompensas, (e). El apoyo económico por parte de los padres y entidades era insuficiente, (f). No me gustaban las recompensas o premios, (g). No había suficientes encuentros deportivos, (g). Yo no vencía o ganaba con frecuencia, (h). Los materiales y equipos eran insuficientes o inadecuados, (i). La excesiva exigencia del entrenador suele estar asociada con la demasiada importancia que se otorga a los resultados competitivos en las ligas.

El estudio expuesto anteriormente presenta una línea representativa sobre cuáles pueden ser algunos factores que fomentan la deserción de práctica deportiva; un aspecto importante para obtener una explicación clara sobre cuál puede ser la problemática.

La problemática que presenta la deserción del atletismo en Santander se ve reflejada principalmente en los resultados que se obtienen para los diversos campeonatos y eventos deportivos, donde para categorías superiores o mayores los resultados positivos disminuyen drásticamente y como se expone más adelante en el texto, los resultados para categorías inferiores (infantil, menores, juvenil) que van desde edades comprendidas entre 12 y 19 años son más representativas. Es importante conocer cuáles son esos motivos que generan la deserción y el abandono en la práctica del atletismo en Santander, para que entrenadores e institutos de deportes logren tomar alternativas respecto al tema y aporten soluciones al principal problema que genera abandonar el atletismo: los escasos resultados de los deportistas de la Liga Santandereana de Atletismo en eventos nacionales e internacionales para las categorías mayores.

Teniendo como base lo anterior se estableció la siguiente pregunta problema:

¿Cuáles han sido principales factores que motivaron la deserción de los deportistas de la Liga Santandereana de Atletismo desde los años 2008-2017?

3. Justificación

Este proyecto de investigación ha sido realizado con el principal propósito de conocer cuáles fueron los principales motivos para la deserción de la práctica deportiva en aquellos deportistas que pertenecieron a la Liga Santandereana de Atletismo, priorizando cuál de las respectivas dimensiones influye con mayor fuerza en el abandono de los procesos de rendimiento deportivo y de esta manera tener conocimiento más acertado del principal problema para los resultados de deportistas en categorías mayores y superiores.

Es importante el rol que tomen los entrenadores en cada uno de los componentes de la preparación y formación del deportista, así mismo tener presente cuales pueden ser los posibles motivos de abandono de su deportista. “Los entrenadores deben ser conscientes que la razón para abandonar varía según la edad, el sexo o quizás el deporte practicado. Por lo tanto las investigaciones deberían dirigirse a comprender por qué abandonan los jóvenes deportes específicos en ciertos momentos” (Salguero, Tuero, & Marquez, 2003, pág. 1).

Esta afirmación permite evidenciar que el abandono puede variar según las variables como la edad donde se encuentre el deportista, el género, si presenta mayor adherencia al deporte los hombres o mujeres, y si el deporte que practica suele ser rentable, apoyado en su ciudad o qué género lo practica más, entre otras.

Estos resultados permitirán conocer cuales factores y aspectos deben ser analizados e intervenidos desde edades tempranas, hasta estrategias de evaluación psicológica que desarrolle el entrenador con su deportista y permitan flexibilizar las decisiones que el deportista tome sobre

el abandono, fortaleciendo sus procesos de continuidad deportiva para el futuro. Conocer los factores que hacen desertar al deportista es importante para institutos promotores y encargados del deporte, junto con padres de familia para el caso de etapas infanto-juveniles y entrenadores, además del componente psicológico y de la medicina deportiva que debe existir en los procesos deportivos se pueda contrarrestar los índices de retirada del atletismo en la ciudad de Bucaramanga y aumentar la calidad de los resultados deportivos a nivel Nacional e Internacional.

El fortalecimiento de estos procesos de continuidad se dan desde el deporte escolar, pues desde allí se desarrollan las capacidades sensoriales y de reflejo para edades de 0 a 5 años, después una etapa de habilidades motrices básicas y capacidades de coordinación y relación espacio-temporal seguido para una etapa comprendida entre los 10 y 13 años una estimulación de las capacidades físicas y habilidades motrices específicas direccionadas en las ejecuciones biomecánicas de los diversos deportes en los que se manifiesta. (Gil Madrona, Contreras Jordán, & Gómez Barreto, 2008)

Serán muchos los factores que generan el abandono y que como investigadores, estudiantes y deportistas son importantes conocer, pero relevantes y de total ayuda como componente motivacional para inducir al atleta al seguimiento del proceso deportivo en atletismo, conocer sus necesidades y así tener una alta probabilidad de evitar su abandono y deserción.

Los procesos deportivos a futuro se están viendo afectados por diversos factores negativos que van apareciendo durante su práctica deportiva y a medida que el deportista va tomando madurez en su edad. Es importante resaltar y conocer estos factores que entorpecen dichos procesos, con la necesidad de intervenirlos por parte clubes, academias, institutos de deporte, entrenadores o profesionales promotores del deporte para que la deserción y el abandono no sea causa principal en la interrupción de procesos de alto rendimiento y busquen en el deporte la formación de su proyecto de vida, construcción de su futuro social, personal y académico.

Pero para que esto se desarrolle cada día de forma positiva, es importante el compromiso que adquiera cada país, ciudad o estado con los diferentes proyectos de desarrollo y formación

deportiva, donde el deporte sea una prioridad en diferentes programas que establezcan Gobiernos y que desarrollan entes promotores del deporte en el Departamento para este caso en Santander.

Por otro lado, la formación que posea cada docente de cada práctica deportiva es clave para desarrollar procesos continuos y verídicos que permitan construir y formar deportistas que logren destacarse en sus disciplinas deportivas y en un futuro portar los colores de la bandera de su país en los distintos eventos internacionales.

Un acompañamiento en el proceso psicológico y conductual de los deportistas desde edades tempranas es importante para fortalecer la continuidad de los procesos deportivos, fomentar el compromiso con la práctica de la disciplina deportiva escogida y disminuir los intereses futuros en el abandono del deporte por parte del deportista.

De esta manera, el presente estudio buscara resaltar conclusiones importantes para los entrenadores, padres de familia, directivos de deportes del departamento y claramente para los mismos deportistas en el departamento de Santander, Colombia y el deporte de atletismo, debido a la descripción clara y concisa que brinden los resultados en cuanto a motivos principales que toman los deportistas para abandonar los procesos deportivos, lo que conlleva a la pérdida de muchos talentos deportivos, por omitir el conocimiento y fortalecimiento de estas causas que perjudican directamente al deportista y la intención que propone y establece el entrenador con su deportista para conducirlo al alto y óptimo rendimiento en su deporte.

Partiendo desde la problemática conocida del deporte en Santander conforme a la falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes en Santander y Bucaramanga, siendo una de las principales falencias para los procesos de desarrollo al alto rendimiento y estacando los resultados más importantes en las categorías mayores, el documento expone una línea

investigativa sobre el abandono, con resultados y conclusiones direccionadas en cuanto a factores que generan la deserción del atletismo y no permite la consagración de los deportistas en las categorías superiores o mayores.

4. Objetivos

4.1 General

Establecer cuáles han sido los principales factores que motivaron la deserción en los deportistas de la Liga Santandereana de Atletismo en el periodo 2007-2016

4.2 Específicos

- Identificar y adaptar el instrumento de medición que permita la recolección de datos sobre la deserción deportiva en atletismo.
- Conocer, según las variables sociodemográficas (edad y género), cuáles fueron los principales motivos de deserción de la práctica del atletismo en Santander
- Describir para cada dimensión (social, económica, física, psicológica) cuales fueron las principales causas del abandono en el atletismo
- Determinar cuál es la dimensión (social, económico, física, psicológica) que más influyó en la deserción de la práctica del atletismo
- Comparar la correlación presentada en los resultados entre las variables de rango de edad de deserción deportiva, el tiempo de práctica del atletismo, modalidad deportiva, factores de abandono asociadas con el género.

5. Marco Teórico

5.1 Marco de referencia

Abandono deportivo: “Situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad concreta” (Hidalgo Montero, 2008)

Atleta: Participante de una actividad específica en atletismo, en la que se valora intensamente la práctica de ejercicios físicos con la obtención, por parte del individuo, del perfeccionamiento de las posibilidades morfo-funcionales y psíquicas, concretadas en un record, en la superación de sí mismo o de un adversario. Clasificados principalmente desde diferentes perspectivas: el amateur, el profesional y de alto rendimiento. (Muñiz Sanabria, 2011)

Atletismo: Es un deporte de carácter individual donde se ejecutan diversas manifestaciones motrices que involucran capacidades físicas como la fuerza, velocidad, resistencia, coordinación, agilidad debido a su amplio repertorio de modalidades y especialidades como son los saltos, los lanzamientos, las carreras, la marcha atlética y las pruebas combinadas. Con un tipo de competición al aire libre o cubiertas, donde el principal objetivo es la lucha contra el tiempo, la distancia y altura. (Campos Granell & Gallach Lazcorreta, 2004, pág. 13)

Deporte: “Es la actividad física, individual o colectiva, practicada en forma competitiva, como magnificación del juego por constante repetición de ejercicios, a fin de conseguir la perfección física, técnica y táctica de deportista. El deporte es juego de componente físico -moral”. (Alcoba, 2001, pág. 20)

Deserción: “Significa el acto de fracasar para completar un determinado objetivo de acción o alcanzar una meta”. (Tinto, s.f.)

Motivación: “factores de la personalidad, variables sociales y de conocimiento que entran en juego cuando un sujeto realiza una tarea y que dirigen su conducta hacia una o unas metas fijadas. La motivación es lo que explica las causas de la conducta de un organismo”. (Greco & Gorostarzu, 2002) (pag.4)

Psicología del deporte: Comprende un estudio científico de las personas y sus conductas en el contexto deportivo y de las actividades físicas, y la aplicación práctica de dicho conocimiento. Podemos considerar la Psicología del Deporte como el estudio científico de la conducta deportiva, considerando la conducta en su triple concepción cognitiva (lo que pensamos), conductual (lo que hacemos) y emocional (lo que sentimos) y en el que se aplican los principios y descubrimientos de la psicología a la potenciación del rendimiento deportivo. (Rodríguez Gil)

El atletismo es la forma organizada más antigua de deporte y se viene celebrando desde hace miles de años. Las primeras reuniones organizadas de la historia fueron los Juegos Olímpicos, las cuales la iniciaron los griegos en el año 776 antes de Cristo. En 1896 se iniciaron en Atenas los Juegos Olímpicos, siendo pruebas restauradas a la antigüedad. Los juegos se han celebrado en varios países a intervalos de cuatro años. La IAAF es el organismo rector de las competiciones de atletismo a escala internacional, el cual establece las reglas y da oficialidad a los récords obtenidos por los atletas.

No se puede decir con precisión cuando surgió el atletismo en Colombia, pero mucho antes de que llegaran a estas tierras los espejos y los caballos, los indígenas efectuaban pruebas atléticas. Por ejemplo, los chibchas corrían y enfrentaban pruebas ligadas con las ceremonias y diversas festividades; los muiscas organizaban competencias para homenajear a los caciques con ritos sagrados. Con la llegada de los españoles desapareció la actividad atlética de los indígenas. Después de la independencia, el 3 de octubre de 1827 el vice presidente de la república,

Francisco De Paula Santander, expidió una ley para nuevas escuelas donde establece el horario de estudio y recomienda que en las horas libres se practique la natación y, en su defecto, caminatas o ejercicios saludables vigilados por el maestro de turno. Sesenta años más tarde, el 13 de noviembre de 1888, nació otra ley que obligaba a todos los colegios la enseñanza de la gimnasia. Por primera vez se legalizaba la educación física como parte integral del estudio. En 1891 una revista señalaba a Henry Round Lemly, general estadounidense, como introductor de pruebas atléticas para preparar a los cadetes que tenía a su mando, con la guerra de los mil días el general tuvo que huir del país. Hacia 1913 reapareció la actividad atlética con la primera carrera de grandes magnitudes de campo abierto que se celebra en Colombia, la Carrera Castillo de Koop, en la calle real de Bogotá, que empezaba en la catedral y terminaba en inmediaciones de la avenida Chile, unos seis kilómetros en total. Antes de 1920 solo se registran las carreras atléticas que organizaban los jesuitas en el colegio de la Merced, a la postre este escenario se convirtió en sede de diversas competencias con la presencia de estudiantes de la alta sociedad, en su mayoría. Las competencias se enfocaban hacia un solo estilo, el de resistencia, y luego se llevaron a cabo en el Camellón de la Alameda, alrededores de San Diego, sin una distancia definida.

Mientras Colombia vivía el auge del deporte base, el 24 de mayo de 1918 en Buenos Aires, seis años después de fundada la IAAF (Federación Internacional de Atletismo Amateur), tres países - Argentina, Chile, Uruguay- fundaron la CONSUDATLE (Confederación Suramericana de Atletismo). Con la participación de representantes de clubes privados de varias ciudades del país se celebró en Bogotá el 12 de Septiembre de 1924 una reunión constitutiva de la denominada “Asociación Deportiva Colombiana”, la cual elaboró sus estatutos y nombró a Jorge Wills como presidente. A pesar del compromiso de convertirse en una organización permanente

que promoviera el desarrollo del deporte en Colombia, organizar los Juegos Olímpicos Nacionales y llevar la representación nacional en todo tipo de eventos, tuvo una vida efímera.

Para esta misma época, en 1922, llegaron a nuestro país los instructores Plinio Pessina, suizo, Herman Ermet y Hansa Huber, alemanes, traídos por la Dirección Nacional de Educación Física; ellos importaron los primeros implementos destinados a la práctica del lanzamiento de martillo, bala, garrocha y jabalina. El aporte de los tres instructores trascendió hasta el punto que fueron ellos los impulsores de los Juegos Olímpicos Nacionales de Bogotá en 1926 (Primeros Juegos Olímpicos de Bogotá inaugurados el 4 de julio en el Colegio de la Salle, desfilaron 1.500 deportistas de diferentes regiones del país, principalmente estudiantes. Jorge Wills Pradilla presidía el comité organizado y representaba al Ministerio de Instrucción y Salubridad Pública, se realizaron carreras de exhibición a cargo de las escuelas Militar y Ricaurte y del colegio de la Salle, en las pruebas de 400mts, carrera de obstáculos y carrera de relevos, por tanto el atletismo fue uno de los deportes principales de este evento que contó con gran cubrimiento periodístico), y de los celebrados en Cali en 1928 (Por primera vez con el nombre de “Olimpiadas” se realiza en el país un torneo de carácter nacional en cinco disciplinas deportivas: fútbol, ajedrez, béisbol, ciclismo, atletismo de campo y pista; siendo el evento atlético el primero que se efectuó oficialmente.

Los Juegos se inauguraron el 20 de Diciembre de 1928 y finalizaron el 10 de Enero de 1929. El director de las justas fue el Alemán Hans Huber. Las competencias se desarrollaron en el Colegio Versalles de la capital vallecaucana. La primera medalla de oro la obtuvo Raúl Neira de Bogotá en la prueba de salto largo con una marca de 5metros, 20centímetros). A Hans Huber se le debe que los Juegos Nacionales se celebren cada cuatro años. El gobierno nacional presidido por el presidente de la república Pedro Nel Ospina creó e instituyó estos juegos por medio de la

ley 80 del 12 de septiembre de 1925, la cual basaba sus estatutos en “Educación Física, clases de deportes, y precios de las becas nacionales”. Posteriormente por recomendación del Comité Olímpico Internacional, COI, se dejó de utilizar la palabra “Olímpicos” ya que esta es de uso exclusivo del COI, luego para los cuartos juegos realizados en 1936 en Manizales se convirtieron en Juegos Atléticos Nacionales. Al poco tiempo de haber terminado los juegos de 1926, en Bogotá se realizó la primera carrera de largo aliento de la cual se tenga noticia, la distancia fue de 20 kilómetros y el corredor Rafael Torres Echevarría presto su caballo para que un cronista de la época lo acompañara mientras realizaba el recorrido.

5.2.1 Momentos históricos del atletismo colombiano. A continuación se realiza una destacada información de los principales hechos históricos del atletismo en Colombia, acentuando en momentos de logros deportivos que tuvieron a nivel internacional, deportistas que brillaron en los primeros años del atletismo, la construcción y conformación de los entes deportivos del atletismo colombiano, entre otros. (Lozano Rodríguez & Rincón Aguas, 2006). La participación de los atletas en campeonatos mundiales de atletismo como el de Berlín para el año 2009 donde 13 atletas conformaron el equipo colombiano (Caracol Radio, 2009) y para el campeonato mundial del año 2013 en Moscú, Rusia donde 20 deportistas compitieron en dichas justas vistiendo los colores de la bandera Nacional (El Espectador, 2013). Así mismo el balance de resultados que ha obtenido Colombia para las últimas ediciones de los Juegos Panamericanos y la misión impuesta para los juegos del 2015 en Toronto, Canadá donde se ha obtuvo el mayor logro de medallas en toda la historia para este tipo de eventos y fueron establecidos a continuación (Comité Olímpico Colombiano, 2015)

- II Olimpiadas Nacionales - Medellín (1932) Por primera vez el Atletismo pasó a ser el deporte más importante de los Juegos. Participaron deportistas en siete disciplinas.
- X Juegos Olímpicos - los Ángeles, USA (Julio30-Agosto 14/1932) Jorge Perry Villate, de 22 años, fue el primer representante de Colombia en Juegos Olímpicos. Nació en Samacá, Boyacá. Viajó con recursos propios y desfiló solitario con la bandera nacional en la ceremonia inaugural. Participo en la prueba de maratón 42, 195 mts.
- III Juegos Olímpicos Nacionales - Barranquilla (1935) Fueron inaugurados el 26 de Enero en el Estadio Municipal, participaron 575 deportistas en 11 disciplinas en representación de 14 departamentos.
- Fundación del Comité Olímpico Colombiano (1936) El 3 de Julio se creó el Comité Olímpico Colombiano siendo elegido como presidente Julio Gerlein Come Lin.
- Fundación Asociación Nacional de Atletismo (1937) Por mandato de la Comisión Nacional de Deportes fue creada e institucionalizada la Asociación Nacional de Atletismo, cuyo primer presidente fue el señor Juan De Dios Salgado.
- IV Juegos Centroamericanos y del Caribe – Panamá (1938) En febrero de este año el deporte colombiano asistió por primera vez a los Juegos Centroamericanos y del Caribe; de los 50 deportistas nacionales, 8 eran atletas y participaron en las pruebas de 100, 800, 1.500, 5.000 y 10.000mts y salto triple.
- I Juegos Bolivarianos – Bogotá, Colombia (1938) Seis meses después, Bogotá fue sede de los primeros juegos bolivarianos, creados por el dirigente colombiano Alberto Nariño Reiné, en homenaje a los 400 años de la fundación de la capital de la república

- XIII Campeonato Suramericano de Atletismo Adultos - Santiago de Chile (1941) L. Gaitán fue el primer y único representante de Colombia en un Campeonato Suramericano de Atletismo, categoría Adultos.
- VI Juegos Centroamericanos y del Caribe - Guatemala, Guatemala (1950) Primera medalla de ORO para Colombia en Juegos Centroamericanos Jaime Aparicio ganador de 400mts con vallas (54.9)
- Elección de presidente de la Asociación Nacional de atletismo (1950) Herbert Liebsch, presidente de la Asociación Nacional de Atletismo. A la vez fue nombrado miembro del Comité Olímpico Colombiano.
- I Juegos Panamericanos - Buenos Aires, Argentina (1951) Jaime Aparicio gana medalla de oro para Colombia en la final de 400mts con vallas (53.4).
- XV Juegos Olímpicos - Helsinki, Finlandia (1952) Colombia no tuvo participación en estas justas olímpicas
- XVIII Campeonato Suramericano Adultos - Sao Paulo, Brasil (1954) Primera medalla de oro de Colombia en campeonatos suramericanos con Jaime Aparicio en 400mts con vallas (52.2), y medalla de plata en 200mts planos (21.7) escoltando al brasileño José tuelles Da Conceicao (21.2).
- Juegos Olímpicos -Melbourne, Australia (1956) Colombia participa en los Juegos Olímpicos en Melbourne (1956), con 29 deportistas, en 6 deportes: Atletismo (5 participantes).
- XVIII Juegos Olímpicos -Tokio, Japón (1964) Colombia por sexta ocasión participó en 1964, en los Juegos Olímpicos en Tokio (Japón), con 20 deportistas en cinco deportes: Atletismo (4 deportistas).

- 42ª Corrida de San Silvestre -Sao Paulo, Brasil (1966) Primer triunfo en la carrera que a partir de ese momento se convertiría en la mayor obsesión de los fondistas colombianos, la Corrida Internacional de San Silvestre. Álvaro Mejía seguro de sus posibilidades, derrota de nuevo a Roelants vencedor en los dos años anteriores.
- Federación Colombiana de Atletismo (1968) El Capitán Humberto Aparicio Navia, es elegido presidente de la Asociación Nacional de Atletismo. El gobierno expide el Decreto Ley 1387 por el cual se reorganiza el deporte nacional y se cambia el nombre de los organismos deportivos de “Asociaciones a Federaciones”.
- Creación de Coldeportes (1968) En el gobierno de Carlos Hierras Restrepo se creó el Instituto Colombiano de la Juventud y el Deporte Coldeportes mediante decreto 2743 del 8 de Noviembre de 1968, como establecimiento público de orden nacional, adscrito al Ministerio de Educación Nacional. Es el máximo organismo planificador, rector y coordinador del sistema nacional del deporte y director del deporte formativo y comunitario.
- XX Juegos Olímpicos-Múnich, Alemania (1972) Por primera vez se logra ganar medallas en Juegos Olímpicos; en 1972 en Múnich Alemania el Colombiano Helmut Bellingrodt en tiro al jabalí, gana medalla de Plata con 565 puntos (sobre 600), venciendo por 4 puntos al Soviético Lakov Shlezniak. El Boxeador, Clemente Rojas, por descalificación de su rival el Español Antonio Rubio ganó Medalla de Bronce. Alfonso Pérez también Boxeador el 6 de Septiembre derrota por decisión al turco Eracian Doruk gana medalla de Bronce.
- 48ª Corrida de San Silvestre -Sao Paulo, Brasil (1972) Víctor Manuel Mora García inicia una serie de triunfos en esta competencia que le valdría más tarde el reconocimiento internacional, 23min,24.2seg para 8.900mts de recorrido.

- IV Campeonato Centroamericano y del caribe-Maracaibo, Venezuela (1973) Víctor Mora consigue para Colombia las dos primeras medallas de ORO en este torneo, en 5.000mts con 14min,04.2seg y 10.000mts con 29min,56.4seg.
- 49º Corrida de San silvestre -Sao Paulo, Brasil (1973) Segundo triunfo consecutivo de Víctor Mora con tiempo de 26min,49.0seg. Jairo Correa con 19 años de edad ocupó el décimo lugar.
- XXVII Campeonato Suramericano-Santiago de Chile, Chile (1974) El atletismo femenino obtiene su primera victoria a nivel suramericano con Elsy Rivas ganando medalla de ORO en 200mts con marca de 24.1seg y Eucaris Caicedo (juvenil) en el mismo torneo triunfa en 400mts con registro de 56.1seg.
- 51ª Corrida de san silvestre Sao Paulo, Brasil (1975) Tercera victoria de Víctor Mora con 23min, 13.2seg para los 8.900mts
- XXI Juegos olímpicos -Montreal, Canadá (1976) En siete deportes Colombia participó en sus novenos Juegos Olímpicos esta vez en Montreal Canadá (1976): Vela, Boxeo, Ciclismo, Levantamiento de Pesas, Tiro y Atletismo que aportó 7 deportistas.
- 53ª corrida de san silvestre -sao Paulo, Brasil (1977) Domingo Tibaduiza Reyes después de varias participaciones logro su anhelado triunfo con marca de 23min,53.2seg. Jairo Cubillos en su primera participación logro el quinto lugar.
- XXII Juegos Olímpicos -Moscú, URSS (1980) Juegos Olímpicos de Moscú 1980, (Unión Soviética), Colombia participó en sus décimos olímpicos en: Fútbol, Natación y Atletismo que aportó 4 representantes.

- 57 corrida de San silvestre -Sao Paulo, Brasil (1981) cuarto triunfo del interminable Víctor mora con 23min,30.2seg., segundo Silvio Salazar, cuarto Domingo Tibaduiza y noveno Humberto Antonio.
- 9ª Maratón de Berlín, Alemania (1982) Domingo Tibaduiza triunfa en la prestigiosa maratón de Berlín con 2h,14min,46seg.
- Campeonato Iberoamericano-Barcelona, España (1983) Querubín Moreno en 20kmts marcha con 1h,31min, 02seg consigue la primera medalla de ORO para Colombia en este campeonato. Silvio Salazar obtiene también una importante victoria en los 5.000mts con 13min,52.19seg.
- XXIII Juegos Olímpicos -los Ángeles, USA (1984) Helmut Bellingrodt repite Medalla de Plata en la especialidad del blanco móvil, tiro al jabalí, con 587 puntos el 31 de Julio, en los Juegos Olímpicos en los Ángeles (Estados Unidos) 1984. Colombia además participó en, Boxeo, Ciclismo, Levantamiento de pesas, Lucha, Natación, Tiro y Atletismo que aportó cinco deportistas.
- XV Juegos Centroamericanos y del Caribe-Santiago de los caballeros, dominicana. (1986) Primera medalla de oro para una atleta colombiana en estas justas. Fabiola Rueda en los 3.000mts planos con 9min,30.25seg.
- XIII Copa Mundo de Marcha -New York, USA (1987) La mejor actuación del atletismo colombiano en un evento de marcha a nivel mundial la cumplió Querubín Moreno el 3 de Mayo en la ciudad de New York. Cuarto lugar con marca nacional y suramericana con tiempo de 1h, 20min,19 seg. Héctor Moreno secundó nuevamente a Querubín y ocupó el décimo lugar con la segunda mejor marca del ranking suramericano con registro de 1h,21min,50 seg.

- XXIV Juegos Olímpicos-Seúl, corea del sur (1988) Jorge Eliécer julio boxeador colombiano, obtiene medalla de bronce olímpica, en Seúl corea, logrando la quinta preseña olímpica para Colombia. en 10 deportes nuestro país se hace presente: boxeo, ciclismo, ecuestres, esgrima, judo, levantamiento de pesas, natación, tiro y atletismo, el cual llevo ocho deportistas.
- V Maratón de los Ángeles -los Ángeles, USA (1990) Pedro Elías Ortiz, segundo el año anterior gana esta importante maratón con la segunda mejor marca nacional de todos los tiempos (2h, 11min,54 seg.).
- IV Campeonato Mundial Indoor -Sevilla, España (1991) Jacinto Navarrete, después de un exitoso paso por la categoría juvenil donde conquisto títulos y marcas, volvió al nivel que todos le conocían y en una espectacular competencia llego a la final de los 3.000mts clasificando en el noveno lugar, con nueva marca suramericana (7min,49.46 seg).
- III Campeonato Mundial-Tokio, Japón (1991) La deportista colombiana de mayor proyección internacional; campeona suramericana juvenil y mayores, bolivariana, iberoamericana y subcampeona panamericana, realizó el gran sueño del atletismo nacional, llegar a una final en un mundial. Ximena Restrepo y su sexto lugar en la prueba de los 400mts (50.79seg) representaban el mayor logro alcanzado por una deportista colombiana en pruebas de pista. Norfalia Carabalí realizando una excelente presentación llego hasta semifinales, clasificando en la casilla trece, en los 400mts planos (52.40seg).
- XXV Juegos Olímpicos -Barcelona, España (1992) la atleta Ximena Restrepo le da medalla de bronce a Colombia en 400mts planos con marca nacional y sudamericana de 49. 65 segundos, en los juegos olímpicos en Barcelona un 5 de agosto de 1992, superada solo por Marie José Pécé de Francia y la ganadora de Seúl Olga Brzagina de Rusia, en una de las finales de

mayor nivel técnico de los últimos tiempos. Colombia asistió a esta cita olímpica con 21 deportistas en 5 deportes., boxeo, ciclismo, ecuestres, esgrima y atletismo, que aportó 5 deportistas.

- maratón de Lyon-Lyon, Francia (1992) Fabiola Rueda (2h,49min,57seg) completo con esta en cinco años su octava maratón ganada en territorio europeo.
- - IV Campeonato Mundial de atletismo-Stuttgart, Alemania (1993) Por primera vez dos colombianas clasifican para la final de un campeonato mundial: Ximena Restrepo y Norfalia Carabalí en la prueba que más satisfacciones ha brindado al atletismo nacional, los 400mts.
- XXVI Juegos Olímpicos -Atlanta, USA (1996) Colombia asiste a los Juegos Olímpicos en Atlanta, con 51 deportistas en 9 deportes, uno de ellos el atletismo que aportó 13 atletas
- Media Maratón de Kyoto-Kyoto, Japón (1996) Herder Vásquez, con un registro de 1h,01min,29seg. alcanzó para Colombia un importante triunfo internacional al imponerse en el medio maratón de Kioto sobre atletas de gran categoría.
- XXVII Juegos Olímpicos -Sídney, Australia (2000) Colombia asistió con 44 deportistas, 20 damas y 24 varones; el atletismo aportó 12 de ellos.
- XXVIII Juegos Olímpicos -Atenas, Grecia (2004) A los Juegos Olímpicos de Atenas viajó una delegación de 59 atletas colombianos que participaron en 14 disciplinas. La ciclista antioqueña María Luisa Calle, de 35 años, ganó medalla de bronce. Además la pesista Mabel Mosquera Mena ganó medalla de bronce, sumando así 2 medallas de bronce para Colombia.
- XV Juegos Panamericanos Rio de Janeiro 2007 Colombia participo con 242 atletas con 110 damas y 132 varones
- Mundial de Atletismo Osaka 2007 Colombia participó con 6 atletas, 3 hombres y 3 mujeres.

- Juegos Olímpicos Beijín 2008 estuvo representada por un total de 67 deportistas (43 hombres y 24 mujeres). Atletismo apporto 15 atletas, 8 hombres y 7 mujeres.
- Mundial de Atletismo Berlín 2009 Colombia participo con 13 atletas, 9 mujeres y 4 hombres.
- XVI Juegos Panamericanos Guadalajara 2011 En Guadalajara 2011 gran parte de los parámetros de participación de Colombia mejoraron en todos los aspectos respecto a Rio 2007 y también, con relación a la participación histórica en estos Juegos. Colombia participó con 280 atletas. La distribución por género en esta ocasión, fue 134 Damas y 146 Varones.
- Mundial de Atletismo Daegu 2011 Colombia participo con 21 atletas, 13 mujeres y 8 varones. Sus principales triunfos los obtuvieron Luis Fernando López en los 20 km marcha y Catherine Ibarguen en salto triple, obteniendo los dos atletas medallas de bronce. En el año 2016 Luis Fernando López posteriormente recibiría la medalla de oro, debido a que los dos marchistas rusos que obtuvieron el oro y la plata, fueron descalificados por doping.
- Juegos Olímpicos Londres 2012 Atletismo clasifico 25 atletas, 15 damas y 10 varones donde su principal aporte lo brindo Catherine Ibarguen en el salto triple, obteniendo la medalla de plata.
- Mundial de Atletismo 2013 Moscú Colombia participo con 20 atletas, donde su principal logro fue la medalla de oro por parte de Catherine Ibarguen en el salto triple
- XVII Juegos Panamericanos Toronto 2015 atletismo apporto 17 atletas para este evento. 8 hombres y 9 mujeres donde apporto 2 medallas de oro, 1 de plata y 1 bronce.
- Campeonato Mundial de atletismo Pekín 2015 Colombia participo con 13 atletas, donde obtuvo la medalla de oro con la saltadora de triple Catherine Ibarguen.

Para los Juegos Olímpicos de Rio 2016 Colombia clasifico 147 deportistas en total, donde atletismo apporto 36 atletas y su principal logro fue con la atleta Catherine Ibarguen quien logró la medalla de oro en el salto triple. (Comité Olímpico Colombiano, 2016)

5.3 Juegos Deportivos Nacionales y Juegos Deportivos Paranales.

Deporte es una palabra de apenas siete letras, pero cuyo poder es incalculable. Su espíritu transformador, la unión que siempre irradia, el esfuerzo como principio de vida y la disciplina que nunca lo abandona, son apenas algunos de los cimientos que hacen de la actividad del músculo algo incomparable. Como también lo es la fiesta en torno a ella que se cumple cada cuatro años en Colombia. Los Juegos Deportivos Nacionales (Art. 27/Decreto 1228 de 1995) y Juegos Deportivos Paranales (Art. 8 de la Ley 582 de 2000) son el máximo evento deportivo del país en categoría abierta. Aparte de congregar a los mejores atletas del país, se convierten en el punto de partida del ciclo selectivo y de preparación de los deportistas que nos representan en competencias internacionales. Cuando Coldeportes fue creado en 1968, asumió la organización y montaje general de las justas. Tal responsabilidad obedece a su calidad de organismo rector del Sistema Nacional del Deporte, encargado de formular, coordinar y ejecutar la política pública, planes, programas y proyectos en materia de deporte, recreación, aprovechamiento del tiempo libre y actividad física, así como el establecimiento de normas que orientan la organización y desarrollo de los mismos.

Desde aquella primera versión celebrada en el Valle del Cauca, los Juegos Nacionales cobraron un valor agregado como factor de desarrollo de las ciudades sedes. Las competencias permiten la adecuación y construcción de nuevos escenarios, y la presencia de tantos colombianos reunidos en torno al deporte obliga a los organizadores a arreglar la casa.

Por consiguiente, cada ciudad sede se preocupa por la modernización de su entorno, de cara a sectores como el económico, el de infraestructura vial, comunicaciones y turismo, entre otros. (Coldeportes, 2015)

5.4 Principales institutos del deporte en Colombia: Coldeportes y Comité Olímpico Colombiano

El Departamento Administrativo del Deporte la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre "Coldeportes", es un establecimiento público, creado mediante el Decreto 2743 del 6 de noviembre de 1968, transformado a Departamento mediante el Decreto 4183 del 3 de noviembre de 2011. Está encargado de formular, coordinar y vigilar la práctica del deporte, la recreación, la educación física, el aprovechamiento del tiempo libre y la actividad física, orientados al mejoramiento de la calidad de vida de la sociedad colombiana. A través de los años, Coldeportes ha venido adelantando sus funciones en el desarrollo, masificación y divulgación de la actividad física, recreativa y deportiva social comunitaria, en el sector educativo, en alta competencia, mejoramiento y supervisión de escenarios deportivos, legislación, recreación, deporte para todos y atención a los sectores con menos oportunidades. Hoy es posible afirmar que en todas las capitales y en la mayoría de municipios existe por lo menos una obra construida por Coldeportes. (Departamento Administrativo del Deporte, 2013)

Entre las principales funciones de Coldeportes se encuentran:

- Formular, coordinar la ejecución y evaluar las políticas, planes, programas y proyectos en materia del deporte, la recreación, la actividad física, y el aprovechamiento del tiempo libre.

- Dirigir y orientar la formulación, adopción y evaluación de las políticas, planes, programas y proyectos del Sector Administrativo del Deporte, Recreación, Actividad Física, y Aprovechamiento del Tiempo Libre.
- Formular, adoptar, coordinar la ejecución y evaluar estrategias de la promoción, el fomento, el desarrollo y la orientación del deporte, la recreación, la actividad física, y el aprovechamiento del tiempo libre.
- Elaborar, de conformidad con la Ley Orgánica respectiva y con base en los planes municipales y departamentales, el plan sectorial para ser incluido en el Plan Nacional de Desarrollo.
- Diseñar políticas, estrategias, acciones, planes y programas que integren la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el sistema educativo
- Promover y difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación.
- Fomentar la generación y creación de espacios que faciliten la actividad física, la recreación y el deporte
- Impulsar y promover las prácticas y los deportes alternativos
- Acreditar a los Entes Departamentales de Deportes y Recreación y a través de ellos certificar a los municipios y organismos del Sistema Nacional del Deporte
- Establecer los criterios generales de cofinanciación de los proyectos de origen regional.
- Diseñar los mecanismos de integración con el deporte formativo y comunitario.

En total existen 35 funciones establecidas por el comité metodológico y desarrollo de Coldeportes, donde incluyen una gran demanda de la población en diversos sectores, departamentos, instituciones y demás pertenecientes al territorio colombiano.

Para el caso del comité olímpico Colombiano se define que Teniendo como base la Misión del COI, establecida por la carta Olímpica: “Promover el Olimpismo por todo el mundo y dirigir el Movimiento Olímpico”, armonizada con lo contemplado en la Ley 181 en su artículo 72 frente a la naturaleza y competencia del COC, en Colombia se define la siguiente misión: desarrollar, promover y proteger el movimiento olímpico como organismo coordinador del deporte asociado en Colombia, cumpliendo una función de interés público y social. El Comité Olímpico Colombiano cumple funciones de interés público y social en todos los deportes, tanto en el ámbito nacional como internacional, sin perjuicio de las normas internacionales que regulan cada deporte. Es una entidad de derecho privado sin ánimo de lucro. (Colombiano C. O., 2015)

Las principales funciones del COC son: participar en acciones que promuevan la paz y apoyen a la mujer en el deporte. También nos comprometemos a apoyar y estimular la promoción de la ética deportiva, a la lucha contra el doping y a demostrar un interés responsable en los asuntos ambientales, preservar su autonomía y resistir todas las presiones de cualquier clase, pero no limitándose de tipo político, legal, religioso o económico, las cuales pueden impedir el cumplimiento de la Carta Olímpica, no asociarse con ninguna actividad que entre en contradicción con la Carta Olímpica, promover y desarrollar el Olimpismo como filosofía de vida, que exalta y combina las cualidades corporales con las de la mente, armonizando el deporte con la cultura y la educación, promoviendo los principios y valores fundamentales del Olimpismo en el país, en los campos del deporte y la educación, apoyar los programas de educación Olímpica a todos los niveles en los centros de enseñanza primaria y secundaria, en las instituciones de educación física deportiva, así como en las universidades, estimular el espíritu deportivo, consolidar y difundir la afición al deporte, propiciando la amistad entre los atletas y dirigentes de todas las regiones del país y del mundo, representar, inscribir y liderar, en virtud de

su autoridad exclusiva, a los participantes nacionales en los Juegos Olímpicos, en las competencias del Ciclo Olímpico y en los Juegos Mundiales. (Colombiano C. O., s.f.)

5.5 Instituto de deporte en Santander y Bucaramanga: Indersantander-Inderbu

El ente deportivo de mayor importancia para el departamento de Santander es el Indersantander, quien es el principal instituto encargado de la promoción del deporte de alto rendimiento para el departamento. Junto con el Inderbu quien es el instituto de promoción de deporte del municipio de Bucaramanga conforman los principales entes de desarrollo deportivo en Santander, quienes con sus recursos deberían permitir el desarrollo de los diferentes niveles de rendimiento de los deportistas, clubes deportivos, ligas deportivas que los conforman. La creación del Indersantander, está sustentada como ente Departamental encargado de coordinar, controlar y ejecutar lo relativo a los planes y programas establecidos en materia deportiva y recreativa a nivel regional. Mediante Decreto No. 054 de 18 febrero 1997, se crea el Instituto Departamental de Recreación y Deportes (I.D.R.D.), como entidad descentralizada del orden departamental, clasificado como establecimiento público, con personería Jurídica, autonomía administrativa y patrimonio independiente, el cual hace parte integral del Sistema Nacional del Deporte. Este mismo decreto señala como objetivos de la entidad, coordinar el Plan Nacional del Deporte, la Recreación y la Educación Física en los términos de la Ley 181 de 1995, la contribución al desarrollo de la educación familiar escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para que utilicen el tiempo libre, el deporte y la recreación como elementos fundamentales en su proceso de formación personal como comunitario; la estimulación de la participación ciudadana y la integración funcional en los términos de la Constitución Política, la ley y demás normas que regulen la práctica deportiva, la educación física y el aprovechamiento

del tiempo libre. En ese sentido ordenó orientar sus recursos buscando además, su correcta destinación, la eficiencia, economía y equidad. La principal misión del Indersantander es "Ser una institución líder, con sentido de pertenencia, dinámica y participativa; donde la educación física; el deporte y la recreación, son pilares fundamentales para el fortalecimiento de la calidad de vida y de la identidad cultural de los Santandereanos". (Resolución No.210 de 20 Octubre 2017).

En cuanto a su visión que ha sido establecida se ha propuesto "Ser en el 2.027, una institución reconocida como líder en la promoción y fomento del deporte a nivel recreativo, formativo y competitivo a través de una gestión eficaz y eficiente, haciendo uso de las políticas publicas, planes, programas y proyectos en materia de deporte que permitan generar impacto en el bienestar y calidad de vida de los Santandereanos". (Resolución No.210 de 20 Octubre 2017) (Indersantander, 2017)

El Indersantander tiene como principales actividades:

- La contribución al desarrollo de la educación familiar escolar y extraescolar de la niñez y de la juventud para que utilicen el tiempo libre, el deporte y la recreación como elementos fundamentales en su proceso de formación personal como comunitario, la estimulación de la participación ciudadana y la integración funcional, fortalecimiento financiero, creación de cultura basada en principios y valores y orientada al logro, modernización de procesos y estructuras de sistemas de información, mercadeo y relaciones públicas, articulación de actores involucrados en el deporte, construir escuelas de formación de dirigentes, entrenadores y funcionarios, escuelas de iniciación deportiva y cazatalentos, investigaciones deportivas, infraestructura deportiva, programas de bienestar para deportistas de alto

rendimiento, tecnología aplicada al deporte de alto rendimiento y paralímpicos, deportistas y dirigentes con protagonismo nacional. (Indersatander, 2017)

Para el deporte de alto rendimiento el principal objetivos del Indersantander diseñar, aplicar, dirigir, evaluar, controlar y coordinar junto con la entidad los planes, políticas y programas en materia de deporte competitivo y de alto rendimiento, formación del talento humano propio del sector, detección de talentos reservas y rendimientos deportivos, procesos de desarrollo, preparación y participación de los deportistas en eventos nacionales, internacionales del Ciclo Olímpico y Paralímpico, dentro de las directrices de la Ley.

Para sus principales funciones se encuentra planear, coordinar, evaluar y controlar los programas y procesos de calidad desde el punto de vista administrativo, técnico y financiero, relacionados con el desarrollo, preparación y participación de los deportistas de alto rendimiento que se encuentran adscritos a las diferentes disciplinas deportiva, participar en el diseño de planes y programas tendientes a la búsqueda y apoyo de los talentos deportivos, proponer y coordinar con medicina deportiva el desarrollo de los planes de deporte competitivo y talentos deportivos, controlar y supervisar el trabajo de los entrenadores contratados por el Instituto para preparar los deportistas de nuestro departamento. (Indersatander, 2017)

5.6 El abandono deportivo en Colombia

Cuando nos referimos al abandono deportivo en Colombia, se quiere hacer distinción general de todo el abandono que puede sufrir el deporte, no solo el deportista y entrenadores, si no entidades que controlan y dirigen su funcionamiento, los escenarios deportivos, las oportunidades de competencia internacional, entre otras.

El deporte en Colombia ha pasado de ser un derecho fundamental a un privilegio, propiedad de los clubes sociales privados, ignorando a los sectores más vulnerables y

desfavorecidos. El deporte en Colombia está consagrado en la constitución de 1991 como derecho social, reconocido como gasto público social, considerado como condición esencial para dignificar la vida de las personas por cuanto contribuye al mejoramiento de la calidad de vida, y catalogado como indicador de desarrollo social y humano; lo que supone una inversión prioritaria paralela a otros sectores de inversión social como la educación y la salud. Así como se cuenta con una estructura para la economía y para la guerra entre otros; debería haber una para el deporte. Ya es hora de que el gobierno vea el deporte como lo ha hecho con la seguridad y la prosperidad democrática. El deporte debe entenderse como un símbolo de vida, progreso y bienestar. No podemos seguir permitiendo que nuestros deportistas abandonen sus sueños, por tener que dedicarse a trabajar como única posibilidad de salir adelante. (Torres, 2013, págs. 1-2)

En materia de deporte, Colombia atraviesa uno de los mejores momentos en la historia, tal como quedó demostrado en los juegos olímpicos de Londres, donde la delegación nacional obtuvo 8 preseas olímpicas, el oro obtenido por Catherine Ibargüen en Moscú, el primer puesto en la montaña en Francia y segundo en la general de Nairo Quintana ; y la posición actual de la selección Colombia en el ranking mundial de la FIFA, así como la posibilidad palpable de la clasificación a Brasil 2014; entre otros.

Es el momento de hacer un alto en el camino y reflexionar sobre la problemáticas en el deporte nacional, las cuales se conocen y se repiten, solo cambia de actores, por lo general cada cuatro años. No necesitamos más intelectuales del deporte, cada vez se hace más es imperiosa la necesidad de una reforma a los esquemas deportivos desde el marco normativo y presupuestal. (Torres, 2013, págs. 1-2)

Es importante saber que nuestro país ha venido mejorando en materia deportiva, principalmente en sus resultados y destacadas actuaciones a nivel internacional, donde se destacan deportes como el atletismo, el futbol, el ciclismo, el patinaje, el levantamiento de pesas y en su máxima expresión los deportes de combate. Por ello la lucha continua de los deportistas

contra el estado, por su manipulación errónea de dinero, de destinación económica justa para las federaciones deportivas, por el olvido que sufren en ciertas ocasiones para sus preparaciones y competiciones deportivas.

El desarrollo deportivo colombiano ha venido en aumento y es importante que las directivas sigan con el apoyo continuo y total de estos procesos, que no sean interrumpidos y que se magnifique el aumento de deportistas de las diversas modalidades deportivas, con programas de desarrollo deportivo infanto-juvenil y detección de talentos para los eventos internacionales de los próximos años.

Una clara muestra fueron los resultados que obtuvieron los deportistas en los juegos Olímpicos de rio 2016, donde lograron tres medallas de oro, dos de plata, tres de bronce y 13 diplomas más superan las expectativas que tenía la delegación nacional, tercera de Latinoamérica. “Se afirmó que los resultados generales nos dejan tranquilos. Pasamos de un oro, tres platas y cuatro bronce en 2012 a tres oros, dos platas y tres bronce ahora. Mejoramos los colores. Quedamos hace cuatro años en el puesto 38 y ahora vamos a estar entre el 20 y el 25. Veníamos de conseguir 14 diplomas (que se les entregan a quienes terminen entre los ocho primeros de cada prueba) y acá logramos 21”, asegura Eduardo González, director deportivo del Comité Olímpico, quien destaca además que Colombia terminó con más de 100 puntos olímpicos, superando los 80 presupuestados. (Ordoñez Olano, 2016)

Esto representa de gran manera que el deporte en general ha venido creciendo con los deportistas elite que representan el combinado Nacional, pero no oculta el problema que muchos departamentos, federaciones y ligas deportivas llevan en sus espaldas, donde no cuentan con los recursos necesarios para desarrollar el potencial de muchos de sus deportistas.

Una de las situaciones que más reclama el deporte es mayor inversión para el desarrollo de los diferentes programas de sus federaciones deportivas. Como se afirmó en un artículo publicado por el periódico la opinión de Cúcuta, donde se busca un incentivo económico a las empresas privadas que destinen apoyo al deporte. El senador Benedetti quien ha sido el ponente de esta idea cree que “la propuesta del proyecto es maximizar todos los recursos disponibles, tanto físicos, técnicos y económicos, para superar las dificultades que hoy nuestros deportistas tienen que afrontar.

“Es hora de apoyar este Proyecto de Ley para que la empresa pueda ver un aliciente importante para direccionar recursos al apoyo del deporte, es algo fundamental que llegaría muy bien al sector deportivo”, agregó Alberto Herrera, presidente de la Federación Colombiana de Patinaje.

En el país, según los registros del Comité Olímpico Colombiano, se consideran como deportistas de rendimiento y alto rendimiento a 184 atletas, y son ellos mismos los que están respaldando la propuesta, pues sus condiciones de seguridad social y económica son reducidas.

Es claro que a mayor inversión económica mayor desarrollo del deporte. Aumenta la posibilidad de inversión en escenarios deportivos donde son necesarios la construcción de ellos en zonas de alto porcentaje de talento deportivo como es la zona del Urabá y su zona del pacífico; rincones del país donde no existe adecuación de escenarios para la práctica del deporte, así mismo, la inversión en los procesos de desarrollo deportivo, para aumentar los 184 atletas de alto rendimiento que existen en Colombia, logrando que esta tasa sea mucho mayor.

5.7 El abandono deportivo en Santander

El deporte en Santander sin duda sigue siendo la cenicienta de los políticos que llegan a ocupar los cargos de los entes del deporte para este departamento. La poca inversión de recursos, la inexistencia de proyectos que logren vincular empresas privadas al deporte y generen inversión, falta de escenarios deportivos y en el olvido el estado adecuado de muchos de ellos, son algunos de las principales falencias y problemas que se presentan para el desarrollo deportivo en Santander.

El deporte en Santander continua en “jaque mate”; así lo titula el diario local. Aparte de la falta de recursos, la escasez y el mal estado de la mayoría de los escenarios y la ausencia de un proceso serio de cara a Juegos Nacionales dejan claro que nada nuevo pasará con el deporte en Santander, que seguirá viendo partir a sus talentos.

Sus talentos seguirán partiendo a otros departamentos como lo hizo una de las mejores ciclistas del Colombia; Martha Bayona Pineda. Bayona Pineda, una humilde deportista que enfrentó a la adversidad para salir adelante a punta de pedalazos, hace un par de años dejó su casa, en el barrio San Martín de Bucaramanga, para aceptar la propuesta de Antioquia, que vio en ella a una campeona.

En suelo paisa, Martha encontró el respaldo que necesitaba para competir de igual a igual con las potencias del mundo y actualmente es quizá la ciclista de pista de mayor proyección del país.

La situación de Martha Bayona es la misma que tienen que afrontar día a día los deportistas de Santander, quienes no encuentran el apoyo suficiente y tienen que partir a otras regiones o, en el peor de los casos, deben abandonar el deporte.

Lo mismo sucedió con el equipo profesional de baloncesto de la ciudad, quien tuvo que partir a otra ciudad para afrontar los torneos. El equipo de la ‘Ciudad Bonita’ que ha sumado cinco

títulos en los últimos 10 años, tuvo que irse de su casa natural para afrontar la Liga Profesional Colombiana en Valledupar, donde encontró el respaldo financiero que requería para afrontar la competencia. “No tuvimos un apoyo grande de la empresa privada y tampoco de los entes gubernamentales; de hecho, hace muchos años no recibimos el apoyo de la Gobernación de Santander. La mayoría de los equipos son apoyados por las alcaldías y las gobernaciones, pero en nuestra región el deporte lo tienen en un segundo plano”, dice Carlos Parra, presidente de Búcaros.

Durante sus campañas políticas las promesas no se hacían esperar y se escuchaban en gran cantidad. “Recuerdo que en campaña nos prometieron que se daría un vuelco al deporte. Anunciaron que nos contratarían como mínimo 10 meses al año y si usted mira el año pasado solo nos contrataron por siete meses y en este año hasta ahora nos firmaron contrato y solamente por tres meses. Los escenarios cada vez están peor, pero acá no pasa nada”, dijo un entrenador que pidió la reserva de su nombre por temor a que no lo vuelvan a contratar.

No existe la posibilidad de contemplar un proceso digno y con las suficientes exigencias para llevarlos a cabo y puedan ser cumplidos con expectativas. Desde la parte metodológica del Indersantander existen falencias, donde no ingresan deportistas que con merecimientos deben ser parte de sus programas de deportistas apoyados. Así lo afirma uno de los entrenadores en Santander “No existe un proceso serio a Juegos Nacionales, porque acá se pretende hacer todo en el último año, pero así es imposible. En mi caso, yo soy entrenador de lucha olímpica y tengo que buscar otro trabajo para hacer, porque si no trabajo, pues no como. Eso implica que tengo otros trabajos más y el entrenamiento con los muchachos se afecta, porque es difícil dedicarme de lleno al alto rendimiento. Acá en Santander no hay alto rendimiento”, sostiene Sergio Arias, entrenador de la Liga de Lucha Olímpica de Santander.

Y todos estos problemas que existen con el deporte, se vieron reflejados en los pasados Juegos Nacionales del 2015, Santander ocupó la séptima casilla, con 13 medallas de oro, 15 de plata y 35 de bronce, muy lejos de los primeros lugares, ocupados por Antioquia, Bogotá y Valle (González Álvarez, El deporte en Santander continúa en 'jaque mate', 2017, pág. 1)

Siguiendo esta línea del olvido que Indersantander tiene a sus deportistas, un informe realizado por (BLURadio, 2017) donde entrevista a entrenadores y deportistas enfatiza de nuevo en el olvido que se encuentran sus procesos de contratación y como atletas representativos del departamento emigran a otras ligas deportivas. "Este año (2017) nos contrataron solo 3 meses y así es imposible sobrevivir, los deportistas merecen un trato distinto" manifestó Francisco Villarroel, técnico chileno de karate, que entrena hace 4 años a los deportistas de la región.

Como se explicó en párrafos anteriores, una de las deportistas más representativas del departamento como es el caso de Marta Bayona, reciente ganadora de cuatro medallas de oro en los Juegos Bolivarianos y que desde hace 2 años corre en representación de Antioquia, "allá me garantizan contrato, además una mejor preparación y participación en eventos internacionales, eso me sirve para conseguir mi objetivo de ser medallista olímpica", dijo la corredora nacida en el Barrio San Martín de Bucaramanga. Otros deportistas que decidieron abandonar los colores de Santander Yuly Ayala, medallista de plata en voleibol playa, también se fue y ahora compite por Bogotá, "me cansé de pedir apoyo, en Bogotá me dan lo que necesito como deportista" expresó.

En la lista también están Mabel Martínez, socorrana integrante de la Selección Colombia de Baloncesto, campeona Bolivariana, ahora representa al Valle del Cauca y Kevin Mier, arquero del equipo nacional, juega en Atlético Nacional.

Una columna realizada por el periodista Gonzales N. (Se desmorona el deporte en Santander, 2015, pág. 1) antes de que iniciaran los Juegos Deportivos Nacionales del años 2015, permitió

ver la precaria preparación que recibieron los deportistas y entrenadores para enfrentar el máximo evento deportivo de Colombia. Destacaron sufrir de una enfermedad llamado falta de apoyo, quienes en repetidas ocasiones tienen que acudir a las rifas y destinar de su bolsillo los recursos para los eventos deportivos y procesos de preparación. “El mes anterior, disciplinas como el levantamiento de pesas y el patinaje entraron en acción en el certamen nacional, pero el balance, como era de esperarse, fue pobre para la representación regional, con dos medallas de plata y tres de bronce.

Las razones, las mismas de siempre: el abandono y la escasez de escenarios, la falta de una contratación seria, la partida de atletas importantes para otras regiones y la carencia de una política clara respecto al ciclo de los Juegos Nacionales, entre otras”.

Los deportistas saben que conseguir una medalla en los Juegos Nacionales es una gesta con la que sueñan todos los deportistas cuando empiezan a practicar determinada disciplina. Así lo explico el patinador Julián Felipe Núñez Serrano con la presea de plata que conquistó en la prueba de los 10.000 metros por puntos tuvo un sabor a poco, debido a que varios factores, no solo lo privaron del oro, sino de más éxitos. Afirma el deportista que “Por la falta de apoyo no se pudo lograr una mejor actuación. Este año solo me contrataron por tres meses y no tuvimos salidas internacionales. Únicamente se preocuparon por nosotros 20 días antes de la competencia y así es muy difícil”, indicó Núñez Serrano.

Otro de los deportistas que no pudo cumplir las expectativas fue el levantamiento de pesas que hace cuatro años le entregó 12 medallas a Santander, distribuidas en tres oros, dos platas y siete bronce, para esta ocasión solamente alcanzó una plata y dos bronce. “No se logró una mejor presentación, porque el deporte requiere de continuidad en los procesos y en este ciclo de juegos se perdieron tres años, en los cuales se fueron grandes deportistas para otras partes,

faltaron fogueos, recursos y garantías para entrenadores y atletas. En el último año se hicieron cosas buenas y hubo más ayuda, pero se perdieron tres años”, dijo Raúl Gutiérrez, entrenador de la Liga de Levantamiento de Pesas.

En este grupo de grandes pesistas que pertenecieron a Santander están Mercedes Pérez y Ana Lemus, quienes decidieron irse debido a la carencia de apoyo, y en esta oportunidad defendieron los colores de Bolívar y los resultados saltaron a la vista: seis medallas entre las dos, de las cuales cinco fueron doradas y una plateada. Esto es una clara muestra de que el Indersantander desangra a los deportistas y acaba con sus carreras deportivas.

El presidente de la Liga de atletismo William Niño afirmó que “No hay planeación. Constantemente se cambia el equipo metodológico, no hay continuidad de una política de cuatro a ocho años para la transformación deportiva. A los deportistas y entrenadores los contratan seis o siete meses y se cree que en los últimos meses se puede hacer lo que no se realizó en años. Esta puede ser la peor participación de Santander en los últimos 20 años”

El atletismo en Santander no es ajeno a este tipo de problemas, donde sus escenarios deportivos están en pésimas condiciones y los procesos de contratación a deportistas no se cumplen. “Hace muchos años el estadio de atletismo Luis Enrique Figueroa cumplió su ciclo y la implementación que tienen los deportistas es obsoleta. Para estos juegos tenemos opciones con tres atletas, pero creemos que pensar en el oro es complicado, porque mientras nuestros rivales se prepararon en el exterior, nosotros no salimos de Piedecuesta”, agregó el dirigente

Este tipo de problemas sumerge a los deportistas en la duda de continuar o retirarse en la práctica del atletismo. Así como se exponen en los resultados que arroja la investigación, los la inadecuación o falta de escenarios deportivos para la práctica del atletismo y la falta de apoyo

por parte de los Institutos de deporte de Santander lograron influir en la decisión del deportista de desertar su práctica del atletismo y abandonar los procesos deportivos de alto rendimiento.

La problemática seguía existiendo y la ayuda económica era mínima. Sin recursos es prácticamente imposible que un atleta consiga grandes resultados, prueba de ello son las sobresalientes presentaciones de deportistas de la talla de Mariana Pajón, Catherine Ibargüen, Jackeline Rentería, Jossimar Calvo y Fernando Gaviria, por mencionar solo algunos, quienes con un buen músculo financiero, sumado a su disciplina y aptitudes, consiguieron dejar en alto el nombre de Colombia. “Mientras no exista una política pública que le entregue estabilidad a los procesos, seguiremos en un segundo plano. Si el departamento no posee una política definida y un presupuesto digno, no pasará nada, porque esto es un problema estructural. Ya es hora de que nuestros gobernantes y la empresa privada le entreguen la importancia que se merece el deporte”, dijo Juan Carlos Franco, presidente de la Liga de Taekwondo. (González Álvarez, Se desmorona el deporte en Santander, 2015, pág. 1)

Los resultados de aquellos Juegos Deportivos Nacionales del año 2015 mejoraron, ocupándose la 7 casilla con respecto a los Juegos del año 2012 donde Santander logro ubicarse en la 9 posición. Estos resultados aún no lograron convencer totalmente, existiendo demasiada diferencia con respecto al número de medallas conseguidas de las principales potencias del país como Bogotá, Antioquia y Valle.

Un informe realizada por el periodista Patiño J. (El balance de Santander en los Juegos Deportivos Nacionales, 2015, pág. 1) destaco la actuación de los Juegos Deportivos del año 2015. Allí confirmaban los resultados, donde Los deportistas de la delegación ‘hormiguera’ lograron un total de 63 medallas distribuidas en 13 oros, 15 platas y 35 bronce, algo que sin duda mejora la última presentación, los Juegos de 2012 que se disputaron en Norte, Cauca y Montería, donde se alcanzaron 53 medallas: 11 medallas de oro, 14 de plata y 28 de bronce. El balance es bueno si se tiene en cuenta que en el 2012 Santander logró el noveno lugar en el

medallero, mientras que en la edición que acaba de terminar se ubicó séptimo, es decir se mejoró dos puestos.

No obstante, y sin tratar de comparar los resultados con las grandes potencias (Antioquia, Bogotá y Valle), el Departamento si deberá analizar los procesos o los proyectos que se han planteado regiones como Bolívar, Boyacá y Risaralda, que se ubicaron por encima de Santander con más del doble en cuanto a medallas de oro se refiere.

Es claro que la diferencia es abrumadora con respecto a estas potencias, donde se muestra que no hay forma de pelear con respecto a unos departamentos donde su inversión es mayor y recursos superan los de Santander. Acompañado de la poca planificación metodológica, que los mismos entrenadores confirman, agregando la delicada situación de los escenarios deportivos que se encuentran en precario estado.

Resumiendo los resultados que lograron las ligas deportivas, veinte de ellas aportaron medallas en la edición 2015 de las justas, sin embargo, Karate Do se destacó entre todas pues alcanzó el mayor número de oros: 3, gracias a los títulos de Lilia Inés Angulo Bonilla (combate individual hasta 50 Kg.), Ana María Escandón Loaiza (combate individual más 68 Kg.) y Juan Landinez (combate individual hasta 84 Kg.).

Por si fuera poco logró dos preseas de plata con Diego Fernando Lenis Calderón y Caroline Owen Acevedo también en combate categorías hasta 84 kg y más de 68 kg., respectivamente. La Liga de Karate fue escoltada por sus similares de Judo (Yadinis Amarís Rocha y Juan Carlos Tello); Lucha (Uber Euclides Cuero Muñoz y Jair Alexis Cuero Muñoz) y Ciclismo (Martha Bayona Pineda en pista y Ana Cristina Sanabria Sánchez en ruta), que lograron de a dos preseas doradas. Además de las anteriormente mencionadas, las Ligas de Tejo, Vela, Bádminton y Baloncesto también se bañaron en oro en las justas deportivas.

Como informa el párrafo anterior, los resultados para el deporte de atletismo no fueron los más destacados. Tan solo aportaron dos medallas de bronce, conseguidas por la misma atleta, diana Marcela Suarez, en la modalidad de medio fondo. A Continuación se expondrán algunas ilustraciones donde se enmarcan los resultados de la delegación de Santander con respecto a las dos últimas ediciones de los Juegos Deportivos Nacionales y los aportes de medallas por liga deportiva que se realizaron en los juegos del 2015.



Figura 3: Santander en los últimos Juegos Nacionales
 Autor: (Patiño Monsalve, 2015)

El cuadro expone los resultados de Santander en las últimas ediciones de los Juegos Deportivos Nacionales, donde la mejor ubicación que ha obtenido fue en el año 1996 cuando Santander fue asignada como sede de aquellos Juegos. Han sido los mejores resultados en cuanto a obtención de medallas y mejor ubicación en la tabla general de posiciones. Han pasado 5 ediciones más de los Juegos y Santander no ha logrado mejorar aquella representación del año 1996, y el declive de los resultados se ha venido notando con mayor fuerza principalmente para las para las últimas dos ediciones de los años 2012 y 2015.

Las ligas y su aporte en los XX Juegos Nacionales



Liga	Oro	Plata	Bronce	Total
1. Karate	3	2	0	5
2. Judo	2	1	5	8
3. Lucha	2	1	3	6
4. Ciclismo*	2	1	2	5
5. Tejo	1	4	0	5
6. Vela	1	1	0	2
7. Bádminton	1	0	3	4
8. Baloncesto	1	0	0	1
9. Esquí náutico	0	2	1	3
10. Halterofilia	0	1	2	3
11. Patinaje	0	1	1	2
12. Billar	0	1	0	1
13. Squash	0	0	4	4
14. Taekwondo	0	0	4	4
15. Canotaje	0	0	3	3
16. Atletismo	0	0	2	2

Figura 4: Aporte de medallas de las ligas deportivas

Autor: (Patiño Monsalve, 2015)

Para estos Juegos, karate hizo el mayor aporte de medallas con 3 oros y dos platas, mientras que para el atletismo el aporte tan solo fue de dos medallas de bronce, ocupando la 16 posición entre el aporte que realizaron cada una las ligas deportivas.

5.8 El atletismo

El atletismo, algunas cuyas disciplinas se remontan a la época de la antigua Grecia, es una de las modalidades deportivas más populares del mundo. La federación Internacional de Atletismo engloba más de 200 federaciones nacionales incluyendo una gran cantidad de países que incluso sobrepasan en número a los del Comité Olímpico Internacional.

El atletismo dada su universalidad así como la complejidad de capacidades que desarrolla, se ha venido a denominar como “Deporte rey”, teniendo un tratamiento especial en los Juegos Olímpicos. Es la modalidad deportiva más antigua de todas. Nace de la “lucha por la supervivencia del hombre”, en tiempos donde el instinto de conservación le obligaba a capturar otras especies para alimentarse realizando actividades como correr, saltar, lanzar.

El atletismo y en particular las carreras de todo tipo, gozan de numerosos estudios científicos en el campo de la biomecánica deportiva, de la medicina deportiva, de la fisiología deportiva, de la psicología deportiva, de los sistemas de entrenamiento, etc., incluyendo además trabajos relacionados con la utilización y el control en la preparación específica de los deportistas de alta montaña, entrenamientos en condiciones calurosas frío, etc. En este sentido, las investigaciones efectuadas hacia el atletismo pueden ser únicamente comparadas con la natación, donde también se realizan una enorme cuantía de investigaciones prácticas. (Polishuck, 2007)

El atletismo agrupa las más diversas disciplinas deportivas que comúnmente se relacionan con distintos grupos de modalidades deportivas. Así llegan a formar parte del atletismo disciplinas como las de velocidad-fuerza: saltos y lanzamientos, las disciplinas de carácter cíclico: carreras de distintas distancias y marcha atlética, y la pruebas múltiples: Heptatlón y decatlón, así como aquellas disciplinas más complejas que combinan las cíclicas, las de coordinación difícil y las de velocidad fuerza, como por ejemplo, las carreras de vallas y de 3000 mts obstáculos.

Se estableció una definición centrada más en su propia naturaleza, en la verdadera y original del atletismo.

Atletismo: realización de movimientos mecánicos humanos básicos correr, saltar, lanzar y marchar con el objetivo de realizar un desarrollo de cada una de estas aptitudes.

Cuando a todo esto le incluimos la competición, es decir, la mejora de estas aptitudes, con la consecución de una victoria o premio, entramos en la definición más moderna de atletismo.

Entonces así, el atletismo es un “deporte que contiene un gran conjunto de disciplinas agrupadas en carreras, saltos, lanzamientos, pruebas combinadas y marcha. Es el arte de superar el rendimiento de los adversarios en velocidad o en resistencia, en distancia o en altura”.

(Gutierrez Lucas)

5.8.1 Clasificación de las pruebas del atletismo

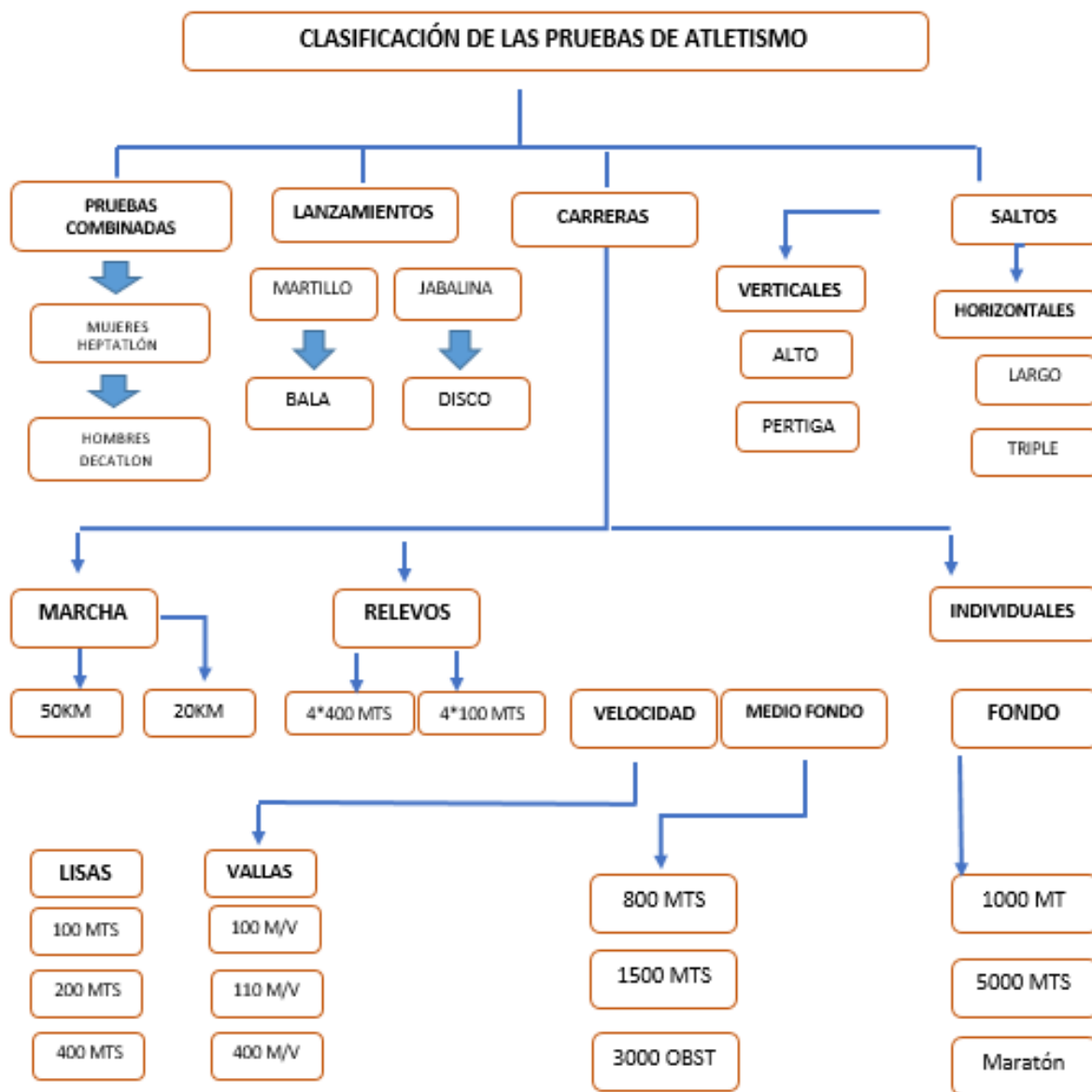


Figura 5: Clasificación de las pruebas del atletismo

Fuente: Autor del documento

Las pruebas del atletismo están clasificadas en primera instancia por modalidades: pruebas de pista y pruebas de campo. Después se agrupan por especialidad como son las carreras de

velocidad, vallas, medio fondo y fondo, lanzamientos, saltos, pruebas de ruta (marcha y maratón) y pruebas combinadas.

5.9 Psicología deportiva como herramienta de la práctica deportiva

La psicología del deporte se define como una disciplina que estudia las causas y efectos que se producen en la persona en situación deportiva siendo una ciencia que analiza el comportamiento de los deportistas y los factores que influyen en el entrenamiento y la competición, proponiendo estrategias que les permiten hacer frente a las exigencias de la actividad deportiva. (Rius Sant, 2005, pág. 449)

Dentro de la psicología del deporte se plantea dos grandes objetivos:

- Conocer la forma en que los factores psicológicos afectan el rendimiento físico de los individuos
- Comprender la manera como la participación en el deporte afecta el desarrollo, la salud y el bienestar personal

Es importante que el entrenador genere un aspecto importante de motivación en el deportista, llamado apoyo a la autonomía, que significa el deseo y voluntad que tiene una persona de ocupar una posición de autoridad, situándose en la posición de otros, para detectar sus necesidades y sentimientos, ofreciendo información apropiada y significativa para la realización de sus tareas, como la, oportunidad de elección. Este tipo de apoyo generado por parte del entrenador hacia el deportista satisface las necesidades psicológicas. (Ballaguer, Castillo, & Duda, 2008)

Robert J. Vallerand (1999) afirman en su investigación realizada con jugadores de baloncesto que “cuando los deportistas percibían que su entrenador apoyaba su autonomía, estos se sentían con mayor autonomía, mayor competencia y mejores relaciones sociales”.

Cuando aparecen factores que influyen negativamente durante los procesos, estos se detienen o probablemente nunca se lleven a cabo. Esta es una problemática que ha venido creciendo, principalmente donde el deporte no es una prioridad de los Gobiernos de mandato.

Por ello esta investigación busca plantear cuales han sido los principales factores que generan el abandono o deserción de la práctica deportiva. Cuando existen problemáticas en los múltiples apoyos que deben brindar los Institutos de deportes de las ciudades, estos siendo efímero, mínimo o inexistente, pérdida de la motivación de la práctica, falta de escenario deportivos, fallo en los componentes del entrenamiento que deben acompañar el proceso deportivo como problemas en el control del acompañamiento psicológico, problemas físicos o sociológicos, entre otros, son causas que aceleran la motivación por el abandono deportivo y que en diversos estudios se han presentado, siendo mencionados durante el desarrollo de este documento de investigación.

Según la teoría de la determinación (SDT) asume que el apoyo a la autonomía es el elemento esencial para la satisfacción de las necesidades psicológicas. Así mismo se postula que la medida en la que los factores sociales favorezcan las percepciones de autonomía, competencia y relación se desarrollaran los tipos más autónomos o autodeterminados de motivación.

Esto lograra que los tipos de motivación tendrán consecuencias de motivación positivas o negativas para las personas dependiendo de la naturaleza de su complicación en la actividad.

Además de esto E. Cantón (2016) afirma que la psicología del deporte abarca tres grandes áreas que son: el deporte que se ocupa de las interacciones entre la psicología y el rendimiento deportivo; incluyendo los aspectos psicológicos del rendimiento óptimo, la atención psicológica y el bienestar de los deportistas, entrenadores y organizaciones deportivas, y la conexión entre el funcionamiento físico y psicológico. El ejercicio que se ocupa del comportamiento cognitivo, social y psicobiológico en los antecedentes y consecuencias de la actividad física, centrándose en el inicio y el mantenimiento de la actividad física o ejercicio y sus efectos sobre el bienestar psicológico. El rendimiento que se centra en la actuación física humana, en particular en las actividades y profesiones que exigen la excelencia o el máximo rendimiento en el ámbito psicomotor.

Conocer los factores motivacionales y de abandono para la práctica deportiva es igual de importante como el proceso y planteamiento físico-deportivo que realiza el entrenador con su deportista.

Estos factores de motivación y abandono son trabajados e intervenidos principalmente por una sub-disciplina que se encuentra en la Ciencia del Deporte, como es la psicología del deporte. Por ello, primero debemos encontrar una definición argumentada y clara de lo que es y estudia la psicología deportiva. En el libro psicología del deporte de autor Jaume Cruz nos explica que la psicología del deporte es un campo de aplicación de la propia Psicología, cuyos principios determinan que se aplicara en cada área. Su especialización explicara cómo y en que direcciones se aplicaran los principios psicológicos. Así mismo afirma que el estudio de la Psicología deportiva abarca varios aspectos, entre los principales se pueden encontrar:

1. Los factores psicológicos que influyen en la participación y en el rendimiento deportivo
2. Los efectos psicológicos derivados de la participación en un proceso deportivo o de ejercicio físico

Estos aspectos abarcan y direccionan con lógica parte de nuestra investigación, ya que estos se relacionan directamente con los factores que se desarrollan y causan el abandono y así mismo aquellos que permiten continuar con la práctica deportiva. Así pues, el primer aspecto nombrado nos identifica principalmente, ya que este examina el papel de aquellos factores psicológicos que inciden en la iniciación y en el mantenimiento de la práctica deportiva (orientación motivacional, estilo de comunicación del entrenador, expectativas de los padres) y el rendimiento del deportista.

Para el segundo aspecto, no menos importante es la herramienta que brinda la psicología del deporte para analizar los efectos psicológicos, tanto positivos como negativos que se derivan de

la práctica deportiva y el ejercicio físico concluyendo que estos influyen directamente en las decisiones que tomen los deportistas en cuanto a continuar o abandonar la práctica deportiva y demás conductas presentes durante las fases de competición y entrenamiento. (Cruz Feliu J. , 2001, pág. 153)

Es claro también empezar a conocer cuáles pueden ser los principales factores motivacionales y de abandono que pueden presentarse para iniciar una práctica deportiva. Según Jaume Cruz referenciando diversas investigaciones junto con sus autores establecen motivos de participación y abandono de jóvenes en competiciones deportivas organizadas. Para el factor motivacional se encuentra que algunos de los motivos para inducir la práctica deportiva es llegar a conocer otros niños o jóvenes, desarrollar el sentido de deportividad, mejorar las destrezas específicas del deporte, el sentido y reto de competición, encontrar una actividad en que destacarme. En estos estudios a medida que aumentaba la edad así mismo aumentaba la importancia de conseguir la victoria y obtener competitividad. (Cruz Feliu J. , 2001, págs. 153-156)

Es importante destacar que en un futuro más que el aumento cuantitativo de la participación de los niños en el deporte que se desarrollen, se debe realizar diversas intervenciones y aplicación con principios de calidad en los programas deportivos y su satisfacción a la hora de emprenderlos, pues así aparecerá una mejora cualitativa de las competiciones y su adaptación a los motivos de participación, evitando numerosos abandonos que se producen a edades tempranas.

5.9.1 variables psicológicas. La motivación es una de las principales variables que siempre debe estar presente en el trabajo psicológico. Se considera que el periodo más importante es el preparatorio, puesto que es cuando el atleta se tiene que enfrentar a los entrenamientos más duros

o de mayor carga de trabajo. La importancia que se le otorga va disminuyendo a medida que transcurre la temporada, hasta llegar a la etapa de competencia donde estas suelen tener un efecto motivante. Unos objetivos claros y bien estructurados son clave en el trabajo con esta variable.

El estrés acompaña aquellas situaciones que generan situaciones de desequilibrio emocional y que deben controlarse a lo largo de la temporada. El periodo de competiciones menores y mayores suelen resultar los más estresantes para los atletas.

Para la autoconfianza, se considera que es variable imprescindible para poder alcanzar cualquier resultado. Inmerso en el periodo de competiciones mayores, el atleta debe tener una confianza plena de sus capacidades y rendir al máximo nivel de sus posibilidades. Los periodos anteriores a este, deben servir para que el atleta alcance progresivamente, plena confianza en sí mismo.

El nivel de activación debe desarrollarse con mayor fuerza durante los periodos competitivos. El atleta debe controlar su nivel de activación al llegar las competiciones y lograr un nivel óptimo en ese momento, así como un nivel bajo de activación en los momentos de descanso entre una y otra competición

La variable de atención es importante en todos los periodos que conforman la temporada atlética. En los entrenamientos, para corregir y conseguir los objetivos que se plantean.

La cohesión de equipo se ha incluido en el deporte de atletismo porque aun siendo un deporte claramente individual, los compañeros de equipo/entrenamiento son importantes para alcanzar alto rendimiento de los entrenamientos. La dureza de las cargas en los periodos de preparación son muchos más llevaderos cuando existe un grupo de trabajo con unos mismos objetivos y apoyo mutuo. (Dosil J. , 2007, págs. 216-220)

Otro apartado que puede llegarse a considerarse como gran ayuda para nuestra investigación es el entrenamiento mental como complemento del entrenamiento físico. Aquí considerando que lo básico y fundamental para poder llegar al alto nivel, a la elite, es tener aptitudes físicas para el atletismo. Sin esas aptitudes, por muy bueno que sea el entrenamiento psicológico que realicemos, nunca lo conseguiremos. De esta forma, y en base a nuestra experiencia, podríamos distinguir tres tipos de atletas:

Los que quieren y no pueden, definidos como aquellos atletas que tienen cualidades limitadas para la práctica atlética y que por mucho que se esfuercen no están capacitados para alcanzar la elite.

Los que pueden y “no quieren”, definidos como aquellos atletas que tienen unas condiciones físicas extraordinarias, pero que no se implican todo lo que deberían en la actividad deportiva, bien por un mal asesoramiento o por una actitud inadecuada.

“los otros”, definidos como aquellos atletas que tienen ciertas cualidades físicas, que en función de un trabajo bien realizado pueden llegar a rendir a un alto nivel. (Dosil J. , 2007)

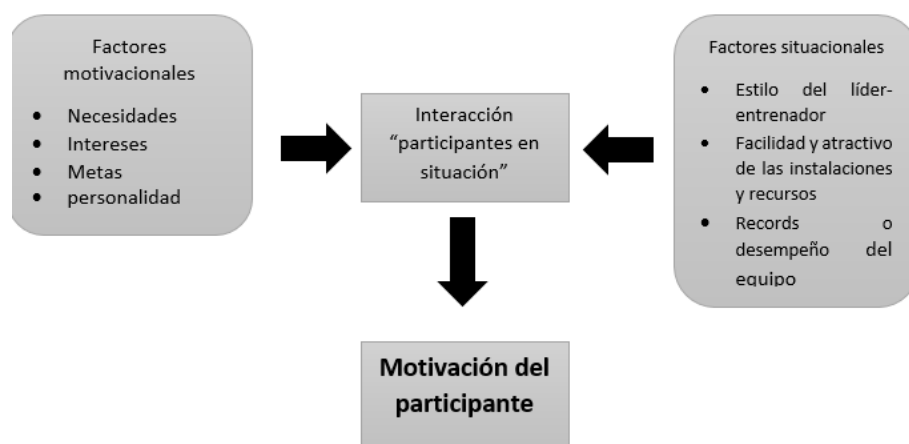


Figura 6: Modelo interaccional de motivación

Fuente: (Dosil J. , 2007, pág. 220)

La anterior figura presenta una serie de factores a nivel motivacional y situacional que logran promover la práctica deportiva. Factores como la necesidad, el interés, las metas y la personalidad del deportista son estímulos motivacionales que son de importancia a nivel intrínseco del deportista para continuar o realizar la práctica deportiva. Los factores situacionales, aquellos que son externos al deportista y que promueven una motivación extrínseca como pueden ser el estilo de relación que proponga el entrenador con sus deportistas, la facilidad de acceso y atractivo que brinden los escenarios deportivos así como el desempeño que desarrolle el equipo o grupo de entrenamiento al cual muchacho hace parte o quiere integrar.

5.10 Deserción deportiva

La deserción deportiva hace referencia a una manifestación de conducta que podría ser el resultado de la interacción de algunas características y variables pero que reviste una implicación fundamental, refleja la decisión por parte de un individuo o grupo por interrumpir sus actividades físicas, recreativas o formativas. (Restrepo Betancur, 2008)

“La deserción se considera como el proceso de retiro de alguna obligación, pero se convierte en abandono cuando hay otras prioridades que cumplir, cuando los estudios dejan de ser una obligación que se suplen con necesidades económicas, tomando el ejemplo de la educación”. (Cancino, s.f.)

El abandono deportivo se puede conceptualizar como aquella situación en la cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta. Cuando hablamos de abandono deportivo estamos haciendo referencia no sólo el cese total de toda práctica deportiva, sino también el cambio o transición hacia otra modalidad, independientemente de que consideremos la segunda opción como más positiva que la primera. Se considera que el fenómeno de abandono deportivo es un proceso continuo que abarca desde aquel grupo de individuos que se retiran de un deporte particular pero pasan a practicar otro deporte o el mismo a diferente nivel de intensidad, hasta aquel grupo de sujetos que se retiran definitivamente del deporte. Esta última matización ha de tenerse en consideración, ya que según los resultados de autores tales como Klint y Weiss (1986), Gould y cols. (1982a), o García Ferrando (1992), este último en España, un alto

porcentaje de sujetos que se consideraba que habían abandonado la práctica de una modalidad deportiva concreta, se encontraban practicando otra o bien la misma pero a menor intensidad o distinto modo (seguían entrenando de manera menos estructurada o planificada pero ya no practicaban a nivel competitivo). Para intentar evitar el abandono prematuro y para que los entrenadores logren una interacción más adecuada con los jóvenes deportistas, se han avanzado dos tipos de propuestas: a) las encaminadas a mejorar la formación de los agentes psicosociales, padre y entrenador; y b) las que buscan proporcionar a los niños/as y los jóvenes estrategias adecuadas tendientes a la valoración de sus logros de acuerdo con la etapa evolutiva en la que se encuentren. (Salguero, Tuero, & Marquez, 2003)

Un estudio realizado con una muestra aproximada de 2.859 adolescentes españoles, llevada a cabo por Martínez, Alejandro (2012) concluyeron que el principal motivo de abandono de practica físico-deportiva resulto siendo el estudio, siendo el porcentaje más alto en chicas (36,1%) frente al (26,2%) de los chicos. El segundo motivo, la pereza con un 15,7% en ellas y un 14,5 en ellos. Así de esta manera la exigencia de los estudios y la pereza suponen los principales motivos de abandono de la práctica física.

Así mismo una investigación desarrollada en el estado de Colima, México (Olmos Galván & Peña Andrade, 2009) afirma que la deserción se da en el momento que una persona o grupo de personas abandonan alguna actividad que realizaba o se aleja de un grupo en el que anteriormente se había visto integrado. Para el caso de la deserción en el deporte, se puede definir como el hecho de abandonar las actividades físico-deportivas por motivos diversos.

Edgar Olmos Citando a otros autores como Ogilvie y Howe (1991) señalan que el cese o retirada de una actividad deportiva puede deberse múltiples razones, pero que generalmente viene dada por uno de estos tres factores: El proceso de selección, la edad cronológica, la lesión deportiva.

En otras ocasiones se han determinado principales motivos para el cese de la actividad deportiva la excesiva presión de la competición y el rendimiento, la falta de interés, consideración de que el deporte no era divertido, otras aficiones no deportivas y problemas con el entrenador

La semejanza que sufre la deserción y abandono es admitida, puesto que al final significa alejarse de alguna tarea u obligación que la persona realizaba, y que por voluntad propia o por factores externos ha decidido no seguir con ellas.

Otro estudio llevado a cabo por Ruiz, Francisco (2007) con población de la ciudad de la Habana, Cuba y una muestra de 1144 personas, sobre motivación y abandono de práctica deportiva, afirman que el proceso de abandono deportivo debe considerarse un continuo, que se manifiesta desde dejar la práctica de una actividad físico-deportiva o la misma pero a diferente intensidad, hasta el retirarse definitivamente de la práctica físico-deportiva, teniendo en cuenta que las razones presentes para abandonar el deporte también son importantes entre los que no practican.

Entre los principales motivos que arrojo la investigación con respecto al abandono de la práctica física-deportiva, resaltan:

La falta de tiempo (55,6%), porque les gustaba más otra cosas (32,5%), inexistencia de instalaciones adecuadas o cercanas (31,5%), la pereza y la desgana (29,5%), la salud (28,1%).

Algunas investigaciones tomadas del libro (Psicología del Deporte, 2001) realizadas en Michigan, Sapp y Haubenstricker encontraron que el 35% de los deportistas entre 11 y 18 años y el 24% de los 6 a 10 años no pensaban continuar practicando la misma actividad deportiva en su siguiente temporada. En Australia (Robertson 1986) calcula que la tasa de abandono en el deporte durante la edad escolar es aproximadamente de un 60%.

Cruz, Jaume (Psicología del Deporte, 2001) definió el término abandono como “el abandono de toda práctica deportiva, hasta que deja de jugar en una liga para inscribirse en otra que se adapta mejor a sus motivaciones o a su horario”.

Por lo tanto lo deseable sería que cualquier cifra que se diera sobre abandono especificara siempre si se trata de abandonos de toda práctica deportiva específica de un deporte o de una competición concreta.

Antes de conocer las cifras de abandono en el deporte, hay que averiguar las razones por las que los niños dejan de practicar un determinado deporte. Durante los últimos veinte años se han llevado a cabo una serie de estudios que no ha proporcionado resultados claros, por su naturaleza descriptiva. Algunos autores como Orlick (1974) afirman que el elevado número de abandonos refleja la inadecuación en la estructura organizativa del deporte. Otros investigadores como Gould, Feltz, Horn y Weiss (1982) consideran las cifras anteriores de abandonos, como el resultado de un conflicto de intereses con otras actividades o como un proceso de ensayo y error en la elección del deporte a practicar por parte de cada niño.

En una obra posterior que ha creado polémica –Every Kid can win- Orlick y Bottrill (1975) insisten en que los adultos que organizan y llevan a cabo los programas deportivos para niños realzan demasiado la importancia de la victoria, lo cual resulta una presión excesiva. Las conclusiones de este estudio busca replantear la manera como están organizados y se llevan a la práctica por parte de los entrenadores, los programas deportivos para niños.

A partir de los trabajos revisados, podemos sacar 2 conclusiones principales:

- El conflicto de intereses con otras actividades o con otros deportes es el motivo de abandono más frecuentemente citado la mayoría de estudios

- Bastantes jóvenes deportistas abandonan por una serie de factores negativos que están bajo el control de los entrenadores y de las organizaciones de las competiciones: estrés competitivo, estar sentado demasiado tiempo en el banquillo, entrenamientos aburridos, entrenador que no gusta.

Sin embargo estas conclusiones no pueden establecerse como definitivas y deben ser matizadas.

Se coincide con autores como Robertson (1984,1986), Weinberg y Gould (1995) y Weiss y Chaumeton (1992), que la percepción de habilidad personal en un deporte concreto constituirá una de las variables fundamentales para continuar practicando dicho deporte o para abandonarlo. Esta percepción propia de la habilidad depende en su orientación que dé el entrenador a sus jugadores:

- Deportistas orientados al dominio de las destrezas propias del deporte
- Deportistas orientados a los resultados de la competición (Cruz Feliu J. , 2001, pág. 16)

Es importante como primera medida conocer que es la motivación, específicamente hacia la actividad física y en este caso el deporte. Márquez, Sara (Actividad física y salud, 2012) afirma que en el ámbito de la actividad física y el deporte la motivación es el producto de un conjunto de variables sociales, ambientales e individuales que determinan aspectos como: La elección de una actividad física o deportiva, la intensidad de la práctica de esa actividad, la persistencia en esa tarea concreta y el rendimiento que se consigue en la realización de esa actividad. Con esto podemos concluir la importancia que aporta la motivación, sea intrínseca o extrínseca, siendo uno de las principales variables para la práctica deportiva y de actividad física.

En este sentido el término motivación se ha utilizado para designar la cantidad de energía y la dirección del comportamiento humano, refiriéndonos a la motivación como aquello que determina el origen, dirección y persistencia de la conducta.

La motivación tiene relación significativa con otras variables psicológicas como el nivel de activación, la concentración o la autoconfianza.

Es necesario conocer parte del ambiente deportivo y técnico de la población y el deporte que se a intervino. Así, el atletismo es un deporte individual, proveniente desde inicio de la historia humana, catalogado como deporte de marca y tiempo, que busca designar un ganador entre las diversas modalidades existentes: saltos, lanzamientos, carreras, marcha atlética y pruebas combinadas. Cada una de estas especialidades consta de diferentes pruebas oficiales, otras oficiosas y un sin número de especialidades propias de una población, etnia, países, etc. Si bien constituyen un solo deporte, su historia, sus técnicas, sus formas de entrenamiento y las características de cada especialidad son sustancialmente diferentes. (Sant, 2005, pág. 13)

Como la disciplina deportiva que vamos a intervenir, es de gran ayuda y a su vez necesario conocer cuales pueden llegar a ser las principales variables psicológicas más relevantes en el atletismo.

Tomando como referencia (Dosil J. , El Psicologo del Deporte, 2007) se explicará las necesidades psicológicas que un atleta tiene en cada periodo de su preparación, permitiendo conocer cuáles pueden ser las dificultades más probables y como tratarlas. Además la incidencia de estas variables en los diferentes periodos de entrenamiento del atleta. A continuación estableceremos una tabla donde se muestra una valoración subjetiva de la importancia de cada variable en los diferentes momentos de la planificación de la temporada.

Tabla 1 importancia de las variables psicológicas en los distintos periodos

Variables psicológicas	Periodo preparatorio general y básico	Periodo de competición menor	Periodo de competición mayor
Motivación	*****	***	**
Estrés	*****	*****	*****
Autoconfianza	***	*****	*****
Nivel de activación	**	*****	*****
Atención	*****	*****	*****
Cohesión de equipo	*****	***	**

Fuente: (Dosil J. , El Psicologo del Deporte, 2007)

5.11 Actividad física y la práctica deportiva

Ha de ser importante la relación que tiene la actividad física y la salud, donde uno de los principales objetivos de la práctica físico-deportiva es el mantenimiento y mejoramiento de la salud. Este como primer objetivo al iniciar la práctica de un deporte, continuando con el mejoramiento y desarrollo tanto de las capacidades condicionales como las coordinativas que se aplican en las diferentes etapas de los deportistas., para continuar con el perfeccionamiento de cada una de ellas.

5.11.1 La salud. La salud es el estado completo de bienestar físico, emocional y social que tiene una persona, y no solo la ausencia de algún tipo de enfermedad (Salud C. O., 1948).

Afirma Pérez, Salvador (2014) que la salud es el “conjunto de condiciones y calidad de vida que permita a la persona desarrollar y ejercer todas sus facultades en armonía y relación con su propio entorno, siendo una manera de vivir cada vez más autónoma, más solidaria y más gozosa” también definida como “el proceso por el que el hombre desarrolla al máximo sus capacidades, tendiendo a la plenitud de su autorrealización personal y social” (Hellín, 2008).

La salud presenta dos lados diferenciados, por un lado estaría el polo negativo, es decir, no tener salud y por otro el positivo tener salud, desde una triple dimensión física, social y psicológica: “una condición humana con una dimensión física, social y psicológica, caracterizada por poseer un polo positivo y negativo. La salud positiva se asocia con una capacidad de disfrutar de la vida y resistir desafíos; no está meramente asociada a la ausencia de enfermedad. La salud negativa se asocia con la morbilidad y, en extremo, con la mortalidad prematura”. (Hellín, 2008).

Como describe Perez, Salvador (2014) la salud es “una noción multidimensional porque hace referencia tantos aspectos físicos, mentales y sociales. No es algo estático que se consigue una vez y ya se tiene para siempre, sino que la salud es dinámica porque discurre y se combina constantemente entre la enfermedad y el bienestar. También es una noción compleja porque las personas podemos experimentar altos niveles de enfermedad o discapacidad entre muchas otras posibilidades. Pero además, depende de las condiciones históricas, sociales, culturales y medioambientales en que viven las personas”.

Se señala la existencia de los diferentes tipos de salud:

La salud física relacionada con el buen funcionamiento de los órganos y sistemas corporales.

La salud mental relacionada con el buen funcionamiento de los procesos mentales del sujeto.

La salud individual: estado de salud física o mental de un individuo concreto.

La salud colectiva: consideraciones de salud en una colectividad o grupo social importante.

La salud ambiental: estado de salud de elementos de la naturaleza y otras especies en relación con la especie humana. (Perez Muños, 2014)

5.11.2 Actividad física. La actividad física engloba actividades de diversas exigencias en relación a la intensidad. Se suele definir según el ámbito donde se realice: en el trabajo, tiempo libre, en casa, etc. Se define “actividad física como cualquier movimiento corporal producido por

los músculos esqueléticos que exijan gasta de energía”. (Salud O. M., 2017). Citando el documento de investigación el autor (Perez Muños, 2014) definen actividad física como: "cualquier movimiento corporal, realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea".



Figura 7: Manifestaciones de la actividad física
Fuente: (Kinedeportes)

5.11.3 Ejercicio físico. El ejercicio físico y deporte se engloban en el tiempo libre y cada uno tiene un significado diferente. El ejercicio físico es toda actividad física planificada y estructurada dirigida para el mantenimiento o la mejora de la condición física. Es importante tener en cuenta los principales componentes de la condición física, que son:

La resistencia cardiovascular como capacidad de realizar actividades físicas que impliquen grandes masas musculares durante periodos largos de tiempo. Después tenemos la flexibilidad

como capacidad de toda articulación de alcanzar su máximo arco de movimiento. La fuerza muscular que tiene ser la capacidad para generar tensión y vencer una resistencia. El equilibrio que desarrolla la capacidad del sistema musculo esquelético para el mantenimiento de una posición determinada; junto con la coordinación que es la capacidad del sistema musculo esquelético para generar una serie de acciones combinadas de sus componentes. Finalizando con la composición corporal como composición química del cuerpo, determinación de la masa grasa y masa magra total del cuerpo. (Serra Majen, Roman Viñas, & Javier, 2006)

5.11.4 Deporte. Para la definición del deporte, aunque es compleja se puede resumir en la práctica de actividad física con una reglamentación definida y donde el principal objetivo es la competitividad.

El deporte se ha venido estableciendo como una cultura promotora de desarrollo social en las diversas partes del mundo. Por ello no hay algún rincón del planeta tierra en el cual no se realice algún tipo de deporte. Se ha establecido en los diversos países como un componente importante en la formación integral de la persona, la sociedad y su cultura, con la finalidad de brindar un espectáculo a todo aquel que pueda disfrutarlo y vivirlo. Desde los diversos eventos mundiales que se presentan, como los Juegos Olímpicos desarrollados cada cuatro años, los eventos mundiales que realiza cada federación deportiva a nivel mundial, los Juegos Mundiales realizados para deportes que no se encuentran en el ciclo olímpico y desarrollados cada cuatro años de igual forma, junto con todo evento continental que desarrollan las diversas federaciones y confederaciones para cada país y continente.

Entrando en tema con aquellas variables psicológicas que se necesitan para la práctica del deporte y el ejercicio, encontramos que los principales motivaciones que aparecen son la mejora

de la autoconfianza y autoimagen, sentimiento de bienestar en relación con el grupo, socializarse, combatir el aburrimiento y con direccionamiento deportivo, sería el establecimiento y objetivos de rendimiento a corto y medio plazo (Serra Majen, Roman Viñas, & Javier, 2006)

Hay que conocer que el ser humano es una entidad global formada por tres dimensiones, biológica, psicológica y social, que dan lugar a manifestaciones biosociales, psicobiológicas y psicosociales del desarrollo. Como soporte y puente entre la persona y el ambiente en el que ésta se desenvuelve, también como conexión entre muchas de las operaciones humanas entre sí, se encuentra la motricidad (actividad física, deporte), la cual repercute en tres grandes áreas: biomotriz, psicomotriz y sociomotriz. Por tanto, la práctica deportiva puede hacerse partícipe de la formación integral del ser humano, puesto que guarda relación con todos estos elementos, no limitándose únicamente a las repercusiones físicas, sino teniendo también una gran capacidad de influencia sobre las funciones psicológicas (emocionales) y sociales (relacionales). En las últimas décadas el deporte ha dejado de constituir un mero espectáculo de divertimento para ser considerado, nuevamente, como una excelente herramienta para la educación integral de las personas. Así, viene resaltándose su valor formativo desde los primeros días de nacimiento del individuo, favoreciendo su desarrollo motor y psicomotor; pasando por el proceso de socialización del período dedicado al deporte y actividad física en el medio escolar; siguiendo con la práctica física y deportiva a lo largo de la juventud y madurez, unas veces como medio de relajación del estrés cotidiano, otras como complemento de ocio; hasta ser considerado útil, finalmente, como medio de estimulación del ánimo de vida y de activación psicosocial en la vejez.

La importancia de aporte que puede llegar a generar la práctica deportiva a las personas en las dimensiones donde se desenvuelve, se establece que el deporte será bueno o malo según cómo se

desarrolle su práctica. Las practica negativas y direccionamiento errores que generan un sometimiento a una fuerte presión que busca el triunfo por encima de todo, exceso de la vanidad personal, el deseo codicioso de victoria y odio entre rivales, y un espíritu corporativo de intolerancia y desdén por los demás junto con manifestaciones de agresividad, violencia, afán desmesurado de triunfo y otras cualidades socialmente no deseables. (Gutierrez SanMartín, 2004)

El deporte puede ser considerado como toda actividad física que el individuo asuma como un esparcimiento y que suponga para él un cierto compromiso de superación, de reto, de cumplimiento o superación de metas, compromiso que en un principio no es necesario que se establezca más que con uno mismo.

5.11.5 Beneficios de la práctica de actividad físico deportiva. Generalmente, las enfermedades cardiovasculares no son propias de la infancia, pero las investigaciones han demostrado que los niños y niñas menos activos físicamente y aquellos con una condición física cardiovascular (aeróbica) deficiente presentan más probabilidades de tener factores de riesgo para estas enfermedades, tales como unos niveles inferiores de colesterol HDL, una presión sanguínea más elevada, un incremento de los niveles de insulina y un exceso de grasa. (Aznar Laín & Webster, s.f.)

El estudio desarrollado por Macarro, José (2008) expone beneficios que reporta práctica de actividad física controlada y planificada sobre la salud en tres dimensiones: una fisiológica, en la que el efecto positivo que más se destaca, entre muchos, es el de la prevención de enfermedades cardiovasculares y cerebrovasculares; una psicológica, en la que se puede destacar, entre otros, el efecto ansiolítico asociado sobre la sensación de bienestar general del individuo, y una social,

con los posibles efectos en la promoción social y en la autoestima que ello conlleva. Vistos los beneficios que produce la práctica de actividad física y deporte, consideramos interesante cuestionarnos si la población se aprovecha de estos beneficios realizando ejercicio de forma frecuente y sistemática. Situándonos en la variable sexo, se ha puesto de manifiesto que la práctica de actividad física en las chicas es menor que en los chicos.

En el estudio de Gálvez, Aránzazu (2004) se establecen una serie de beneficios a nivel orgánico que produce esta práctica físico-deportiva serán los siguientes:

Sistema Cardiovascular

Se desarrolla una mayor captación de oxígeno, y un menor riesgo de infarto de miocardio o angina de pecho y la eliminación de los productos de desecho es mayor, por una mejora del retorno venoso, evitando, de esta manera, el estancamiento sanguíneo y el deterioro de las válvulas venosas, que dan lugar a la flebopatía (varices).

También se conoce que a nivel cardiovascular disminuyen las resistencias periféricas (menor rigidez y más elasticidad vascular), lo que favorece una regulación de la tensión arterial, y una menor tendencia a la formación de trombos, encontrando una mayor capacidad defensiva del organismo por aumento del número de leucocitos y linfocitos y la mejora la circulación periférica, lo que provoca beneficios de oxigenación, lo que puede evitar el deterioro de células de la piel. (Gálvez Casa, 2004)

Estos beneficios encontrados a nivel cardiovascular requieren un proceso de adaptación y trabajo, por lo que son efectos producidos al organismo pero que necesariamente toman algunas semanas o meses.

Sistema Respiratorio

En cuanto al sistema respiratorio aparece un desarrollo en la fuerza de contracción de los músculos respiratorios y aumento de la capacidad vital. Todo ello puede mejorar la oxigenación del organismo, mayor economía en la ventilación, ya que es menor la cantidad de oxígeno que se queda en el espacio muerto de las vías respiratorias, propia de la respiración jadeante, mejora en la difusión del oxígeno de los alvéolos a los capilares, ya que aumenta la superficie de contacto y su permeabilidad, provocando un mejor trabajo respiratorio, con menos gasto energético y una mayor resistencia de los músculos respiratorios, evitando la presión torácica que tras el ejercicio "intenso" presentan las personas no entrenadas. (Gálvez Casa, 2004)

Sistema metabólico

A nivel metabólico los cambios y beneficios que se obtienen son el mantenimiento de los niveles de glucosa durante el ejercicio, provocando una mejor tolerancia y disminuyendo la producción de insulina (beneficioso para la diabetes), aceleración del metabolismo graso, dificultando el almacenamiento de grasa y facilitando su movilización y utilización energética. Por tanto, es ideal para combatir la obesidad. Existe un aumento en el funcionamiento de los órganos desintoxicadores (riñón, hígado, piel, etc.). Aumenta la HDL Colesterol (lipoproteína de alta densidad), y disminuye la LDL Colesterol y el colesterol total, por lo que se reduce el riesgo de hiperlipidemia y arteriosclerosis, favoreciendo el proceso de peristaltismo del cuerpo. (Gálvez Casa, 2004)

Sistema óseo, articular y muscular

El Fortalecimiento de los componentes articulares (cartílago, ligamentos, tendones, etc.) son continuos e importantes, por lo que se reduce el riesgo de lesiones articulares (esguinces, luxaciones, etc.), mejorando la actitud postural, por la tonificación de los grupos musculares que

le proporcionan sostén a la columna vertebral y a la pelvis. El aumento de fuerza del músculo y los tendones lo que produce un proceso de tonificación que sirve de protección a las articulaciones próximas, atenuando su vulnerabilidad y degeneración.

Produce hipertrofia muscular, por una mayor sección de las fibras entrenadas y por el reclutamiento de fibras no desarrolladas (por ejemplo, tras un tiempo inmovilizado se produce una evidente atrofia de los músculos del miembro inmovilizado).

Mayor elasticidad muscular, consiguiendo una mayor amplitud de movimientos y evitando lesiones musculares, mejorando la transmisión del impulso nervioso a la unidad motora, por lo que puede mejorar el tiempo de reacción y la rapidez en la contractibilidad muscular. (Gálvez Casa, 2004)

El ejercicio y la práctica física deportiva ofrecen los siguientes resultados:

La actividad física está relacionada positivamente con la salud, de tal manera que varios tipos de actividad física son efectivos para mejorar los aspectos mentales, sociales y físicos de las personas; relacionada con otras conductas de salud tales como los hábitos de fumar, la alimentación y la higiene, por lo que aumentando la práctica de actividad física, se podría influir en otros hábitos relacionados con la salud.

Se encuentra asociado con la reducción de estados de ansiedad, lo que a largo plazo se asocia con reducciones de rasgos como el neuroticismo, siendo un buen aliado para el tratamiento profesional de la depresión y favoreciendo la reducción de varios índices de estrés. Y por último se conoce que tiene efectos emocionales beneficiosos a lo largo de todas las edades y para todos los géneros. (Gutierrez SanMartín, 2004)

6. Metodología

6.1 Diseño

El tipo de investigación realizada es de alcance correlacional y descriptivo con enfoque cuantitativo y diseño no experimental transversal.

6.2 Población y muestra

- La población que participo en la investigación fueron aquellos deportistas que hicieron parte de la práctica del atletismo.
- El marco muestral nos permitió identificar aquellas unidades de dónde extraemos la información; identificando los deportistas de la Liga Santandereana de Atletismo que cumplen con este procedimiento y fueron aptos para el desarrollo de la investigación.

6.2.1 Muestra. La muestra elegida en esta investigación fueron 62 atletas que hicieron parte de la Liga Santandereana de Atletismo y desertaron total o parcialmente del atletismo, optando por practicar otro deporte, practicarlo de forma recreativa, o no tienen una frecuencia igual o mayor de 6 días a la semana en sus sesiones de entrenamiento, no hacen parte de procesos deportivos de rendimiento de la Liga de Atletismo y el Instituto de deportes de Santander y por último que se encontraran en un rango de edad entre los 16 y 39 años.

6.2.2 Método de muestreo. El tipo de método utilizado es el muestreo no probabilístico, ya que los elementos elegidos han sido a juicio del investigador y no es de forma aleatoria, siendo un proceso que no brinda la oportunidad a la población en general de tener iguales

oportunidades de ser seleccionadas. Ha sido elegido debido a la dificultad con que se obtiene la muestra por medio del muestreo probabilístico. Concluye que no cualquier persona puede hacer parte de la investigación, principalmente por la finalidad de la investigación y atendiendo a los parámetros de inclusión que se han establecido para elegir la muestra, permitiendo concentrar la población específica, incluyendo exactamente aquellos atletas que cumplan los parámetros de inclusión. Este tipo de muestreo permitió que la elección se desarrolle de forma más factible, práctica, teóricamente razonable y conveniente para el estudio, sin llegar a perder validez y representatividad. (Ochoa, 2015)

6.3 Criterios de elegibilidad

6.3.1 Criterios de exclusión

- Encontrarse en la selección Santandereana de atletismo
- Tener una frecuencia de entrenamiento de 6 o más días por semana
- Tener una edad menor de 16 años y mayor de 39 años en el momento de haberse retirado o desertado del deporte
- Haber participado en un campeonato nacional federado en los últimos 6 meses desde el momento de aplicar y realizar la encuesta.

6.3.2 Criterios de inclusión

- Haber pertenecido a la Liga Santandereana de Atletismo
- Haber optado por practicar otro deporte diferente al atletismo desde hace 6 meses o mas
- Haberse retirado de la práctica total del atletismo desde hace 6 meses o mas

- Realizar practica parcial o recreativa del atletismo desde hace 6 meses o mas
- Tener una frecuencia menor de entrenamiento de 6 sesiones a la semana
- Haber participado en un campeonato Nacional De Atletismo regido por Federación colombiana de Atletismo en cualquier categoría deportiva
- Encontrarse en un rango de edad entre 16 y 39 años en el momento de haberse retirado o desertado del deporte
- Los anteriores criterios haberlos cumplido en los últimos 10 años y/o periodo 2008-2017

Los participantes de la investigación debieron pertenecer a la Liga Santandereana De Atletismo mínimo durante 1 año, un club deportivo que estuviera adscrito a la Liga Santandereana de Atletismo, participar como mínimo en un campeonato Nacional regido por la Federación Colombiana de atletismo en cualquier categoría, encontrarse en una edad entre 16 a 39 años al momento de haberse retirado y haber abandonado o tener inactividad deportiva en el atletismo como mínimo hace 6 meses desde el momento de realizar la intervención. Además no tener una frecuencia de entrenamiento de 6 o más sesiones de entrenamiento a la semana

6.4 Variables

- Edad
- Rango de edad de abandono
- Modalidad practicada en el atletismo

Variable dimensión Sociológica

- Falta de tiempo por obligaciones académicas
- Conflictos con el grupo de entrenamiento y/o entrenador
- Escenarios deportivos inadecuados y/o en mal estado

- Obligaciones laborales, familiares, etc.
- Cumplimiento de sus expectativas y ciclo deportivo
- Interés hacia otras actividades (relaciones de pareja, amistades, rumba, alcohol, etc.)

Variable Psicológica

- Desinterés por el entrenamiento y el deporte
- Motivación por otra modalidad deportiva
- Falta de motivación y reconocimiento del esfuerzo por parte del entrenador
- Falta de proyección, logros y metas deportivas
- Exceso de presión y estrés en entrenamientos y resultados de competencias
- Falla en el proceso de acompañamiento psicológico y deportivo por parte del instituto de deportes del departamento

Variable Física

- Bajo rendimiento deportivo
- Exceso de cansancio deportivo
- Lesiones deportivas
- Poca o no existió recuperación del nivel deportivo postlesion
- Prohibición de la práctica deportiva por algún tipo de enfermedad
- Estancamiento del nivel deportivo (poca o nada de mejora)

Variable Económica

- Necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás
- Poca remuneración del deporte practicado
- Bajo ingreso de ayuda familiar

- Falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes del departamento (liga de atletismo de Santander, Indersantander)
- Inexistencia de recursos para practicar el deporte de atletismo
- Excesiva demanda económica por parte del deporte

6.5 Instrumentos

Cuestionario “test de factores físicos, psicológicos, sociológicos y económicos que conducen a la deserción deportiva del atletismo”, tomado y adaptado del documento de investigación realizada por Edgar Omar Olmos Galván, Pedro Efraín Peña Andrade titulado “factores que influyen en la deserción de atletas mayores de 21 años en el handball colimense” llamado “test de factores físicos, psicológicos, sociológicos y económicos que conducen a la deserción deportiva” (Olmos Galván & Peña Andrade, 2009)

Se recogió la información de los siguientes apartados:

- Edad
- Genero
- Tiempo de práctica del atletismo
- Rango de edad de abandono
- Modalidad practicada
- Factores sociológicos de deserción
- Factores psicológicos de deserción
- Factores físicos de deserción
- Factores económicos de deserción

6.6 Recolección y procesamiento de información

6.6.1 Obtención de la información. Se obtendrá la información por medio del cuestionario test de factores físicos, psicológicos, sociológicos y económicos que conducen a la deserción deportiva del atletismo, tomado y adaptado del documento de investigación realizada por Edgar Omar Olmos Galván, Pedro Efraín Peña Andrade titulado “factores que influyen en la deserción de atletas mayores de 21 años en el handball colimense”

6.6.2 Fuentes de recolección de la información. Para la obtención de la información se realizara principalmente de fuentes primarias, debido a que al ser una investigación de tipo descriptivo y corte transversal, es necesario generar los resultados y conclusiones finales a partir de la información directa y específicamente de donde se originan los hechos.

6.6.3 Técnicas de recolección de información. La técnica utilizada para recolectar la información en la investigación ha sido la encuesta por medio del cuestionario test de factores físicos, psicológicos, sociológicos y económicos que conducen a la deserción deportiva del atletismo, trasladado a la herramienta de creación de encuesta que brinda Google estructurada de tal forma que el encuestado tenga claridad al momento de responder y especificado cada campo de preguntas establecidos.

Aunque la respuesta no es exactamente numérica, los resultados que se estudiaran si serán cuantitativos, por lo que esta técnica de recolección es recomendable.

Respuesta única para cada pregunta establecida, lo que disminuye el nivel de dificultad en cuanto al proceso de respuesta y resultados.

6.6.4 Proceso de recolección de datos. Se establecieron los siguientes pasos para la recolección, obtención y procesamiento de la información:

1. Inicialmente se estableció la población que hará parte de la investigación y de donde obtendremos los contactos para facilitar la comunicación con la muestra.
2. El anterior punto se facilitó por ayuda de la Liga Santandereana de Atletismo quien facilitó la conexión y datos en cuanto a la ubicación de los deportistas que pertenecieron a la Liga de Atletismo donde se determinó una lista con el fin de conocer si cumplen o no los criterios de inclusión para la investigación.
3. Una parte de la muestra fue localizada por medio telefónico y otra parte vía web, para hacerles mención de la investigación y de su participación en ella.
4. Aprobación de la encuesta por medio del comité de investigación de la facultad de Cultura física, deporte y recreación.
5. La encuesta se realizó por medio electrónico (herramienta encuestas Gmail-Google) para agilizar la recolección de los datos, pero principalmente para incluir parte de la muestra que se encuentran fuera de la ciudad y el país, con el propósito de obtener una cantidad de muestra mayor.
6. En la estructura de la encuesta se dio a conocer el protocolo de intervención, el proceso para desarrollar la encuesta y obtención de la información, criterios de inclusión y exclusión, lectura y aprobación del consentimiento informado. Todos estos parámetros han sido expuestos de forma específica en la encuesta para su correcto desarrollo y entendimiento.
7. Aplicación del cuestionario elegido para la obtención de los resultados
8. Análisis de los resultados y determinación de los principales factores de abandono de la práctica del atletismo

6.7 Procesamiento de la información

Los datos tomados a partir de la información recolectada mediante los procedimientos descritos, serán digitados en una base de datos de Excel la cual será exportada al programa estadístico Stata 14.0 para la generación de resultados.

6.8 Plan de análisis estadístico

Se realizó una prueba de Shapiro Willk para determinar la distribución de las variables cuantitativas, para estas se calcularon las medidas de tendencia central y dispersión, y frecuencias para las variables cualitativas. Las diferencias entre los puntajes de los factores de acuerdo al género se evaluaron a través de la prueba Chi2. El nivel de significancia utilizado fue de 0,05.

6.9 Consideraciones éticas

Según el Ministerio de salud, resolución 8430 de 1193, la presente investigación se clasifica con riesgo mínimo, por el motivo que no se realiza intervención y modificación intencionada en variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio. A la población se les comunico el objetivo de la investigación, los procedimientos a realizar durante el estudio, la participación voluntaria y la confidencialidad de los datos a obtener. También se estableció como requisito la aprobación de consentimiento informado para participar en el estudio. En todo momento se respetarán los criterios éticos básicos. Se respetará la confidencialidad de los datos y los participantes serán identificados mediante códigos en la base de datos. (SALUD, 1993)

7. Resultados

Tabla 2. Descripción de características generales de información con respecto al atletismo, como edad, genero, tiempo de práctica deportiva, modalidad del atletismo que practico y rango de edad en el que abandonaron.

Variable	Mediana	(RIC)
Edad	23	(21-25)
Genero	N°=62	%
Mujer	25	40.32
Hombre	37	59.68
Tiempo De Práctica Deportiva	N°	%
De 1 a 2 años 11 meses	5	8.06
Entre 3 y 4 años 11 meses	19	30.65
Entre 5 y 9 años 11 meses	25	40.32
Más de 10 años	13	20.97
Modalidad Practica Del Atletismo	N°	%
Carreras de velocidad, medio fondo, fondo, vallas, marcha.	40	64.52
Lanzamientos	11	17.74
Salto	3	4.84
Pruebas Combinadas	8	12.90
Rango de Edad De Abandono	N°	%
Entre 16 y 24 años	55	88.71
Entre 25 y 29 años	6	9.68
Entre 30 y 34 años	1	1.61

La muestra estuvo conformada por 62 ex-atletas (25 mujeres-37 hombres) con una edad promedio de 23 RI (21-25) años. El 40.32% de la muestra pertenecen al género femenino y el 59.68% a hombres. Con respecto al tiempo de práctica deportiva el 40.32% de la muestra estuvieron entre los 5 y 9 años y 11 meses. El 64.52 % practico la modalidad de pista (carreras, vallas, marcha) y el 55% eligió que el principal rango de edad de abandono fue entre 16 y 24 años.

Tabla 3. Descripción de resultados de los principales factores sociológicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo

PRINCIPALES FACTORES SOCIOLOGICOS DE DESERCIÓN	N	%
Falta de tiempo por obligaciones académicas	2	38
	4	.71
Conflictos con el grupo de entrenamiento y/o entrenador	1	1.
		61
Motivación por otra modalidad deportiva	5	8.
		06
Escenarios deportivos inadecuados y/o mal estado	5	8.
		06
Obligaciones laborales, familiares, etc.	1	22
	4	.58
Cumplimiento de sus expectativas y ciclo deportivo	4	6.
		45
Interés hacia otras actividades (relaciones de pareja, amistades, rumba, consumo de alcohol, etc.)	3	4.
		84
No influyo	6	9.
		68

Con relación a los resultados obtenidos se interpretó que el 38.71% de la población considero que la falta de tiempo por obligaciones académicas fue el principal motivo de deserción del atletismo.

Tabla 4. Descripción de resultados de los principales factores psicológicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo

FACTORES PSICOLÓGICOS DE DESERCIÓN	N	%
Desinterés por el entrenamiento y el deporte	5	8.06
Motivación por otra modalidad deportiva	4	6.45
Falta de motivación y reconocimiento del esfuerzo por parte del entrenador	7	11.29
Falta de proyección, logros y metas deportivas	6	9.68
Exceso de presión y estrés en entrenamientos y resultados de competencias	7	11.29
Falla en el proceso de acompañamiento psicológico y deportivo por parte del INDERSANTANDER	15	24.19
No influyo	18	29.03

Con relación a los resultados obtenidos se interpretó que el 29.03% de la población considero que la dimensión psicológica no influyo en la deserción del atletismo. El 24.19% que la falla en el proceso de acompañamiento psicológico y deportivo por parte del INDERSANTANDER fue el principal motivo de deserción de la práctica del atletismo.

Tabla 5. Descripción de resultados de los principales factores físicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo

FACTORES FÍSICOS DE DESERCIÓN	Nº	%
Bajo rendimiento deportivo	7	11.29
Exceso de cansancio deportivo	23	32.3
Lesiones deportivas	1	27.

	7	42
Poca o no existió recuperación del nivel del deportivo post-lesión	2	3.2
	3	
Estancamiento del nivel deportivo (poca o nada de mejora)	1	19.
	2	35
Prohibición de la práctica deportiva por algún tipo de enfermedad	0	0
No influyo	2	35.
	2	48

Con relación a los resultados obtenidos se interpretó que el 35.48% de la población considero que la dimensión física no influyó en la deserción del atletismo. El 27.42% afirmo como principal motivo de deserción las lesiones deportivas.

Tabla 6. Descripción de resultados de los principales factores económicos de deserción de los atletas de la Liga Santandereana De Atletismo

FACTORES ECONÓMICOS DE DESERCIÓN	Nº	%
Necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás	16	25.81
Poca remuneración del deporte practicado	4	6.45
Bajo ingreso de ayuda familiar	1	1.61
Falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes del departamento	15	24.19
Excesiva demanda económica por parte del deporte (costo del deporte)	0	0
Inexistencia de recursos para practicar el atletismo	7	11.29
No influyo	19	30.65

Con relación a los resultados obtenidos se interpretó que el 30.65% de la población considero que la dimensión económica no influyó en la deserción del atletismo. El 25.81% considero como principal motivo de deserción la necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás.

Tabla 7. Relación entre las variables de tiempo de práctica que tuvo el deportista con el género.
 Relación entre las variables de tiempo de práctica que tuvo el deportista con el género

TIEMPO DE PRÁCTICA DEL ATLETISMO	Mujer	Hombre	Valor de P
De 1 a 2 años y 12 meses	3 (12%)	2 (5.41%)	0.44
Entre 3 y 4 años y 12 meses	5 (20%)	14 (37.84%)	
Entre 5 y 9 años y 12 meses	11(44%)	14 (37.84%)	
Más de 10 años	6 (24%)	7 (18.92%)	

Con relación al tiempo de práctica deportiva y el género se pudo establecer que para mujeres el rango de 5 a 9 años 12 meses (44%) y para hombres los rangos entre 3 a 4 años 12 meses y 5 a 9 años 12 meses (37.84%) han sido los de mayor relevancia, teniendo presente que en esta asociación no hubo diferencias estadísticamente significativas ($p=0.44$).

Tabla 8. Relación entre las variables de modalidad practicada en atletismo y el género

MODALIDAD PRACTICADA EN ATLETISMO	Mujer	Hombre	Valor de P
C. de velocidad, medio fondo, fondo, vallas, marcha	14(56%)	26 (70.27%)	0.62
Lanzamientos	5 (20%)	6 (16.22%)	
Saltos	2 (8%)	1 (2.70%)	
Pruebas Combinadas	4 (16%)	4 (10.81%)	

Con relación a la modalidad practicada de atletismo y el género se pudo establecer que en los dos géneros fue de mayor relevancia la práctica de la modalidad de pista (carreras de velocidad, medio fondo y fondo, marcha y vallas) siendo el 56% para mujeres y el 70.27% para hombres, teniendo presente que en esta asociación no hubo diferencias estadísticamente significativas ($p=0.62$).

Tabla 9. Relación entre las variables de edad de abandono y el género

RANGO DE EDAD DE ABANDONO	Mujer	Hombre	Valor de P
Entre 16 y 24 años	21 (84%)	34 (91.89%)	0.28
Entre 25 y 29 años	4 (16%)	2 (5.41%)	
Entre 30 y 34 años	0 (0%)	1 (2.70%)	

Con relación al rango de edad de abandono más frecuente en los dos géneros, se pudo establecer que entre los 16-24 años ha sido el de mayor relevancia, siendo mayor el porcentaje de deserción para este rango de edad en los hombres, teniendo presente que en todos los rangos de edad de deserción por género no hubieron diferencias estadísticamente significativas ($p=0.28$).

Tabla 10. Relación entre los factores sociológicos de deserción y género

FACTORES SOCIOLÓGICOS DE DESERCIÓN	Mujer	Hombre	Valor de P
Falta de tiempo por obligaciones académicas	10 (40%)	14 (37.84%)	0.32
Conflictos con el grupo de entrenamiento y/o entrenador	1 (4%)	0 (0%)	
Motivación por otra modalidad deportiva	1 (4%)	4 (10.81%)	
Escenarios deportivos inadecuados y/o mal estado	1 (4%)	4 (10.81%)	
Obligaciones laborales, familiares, etc.	5 (20%)	9 (24.32%)	
Cumplimiento de sus expectativas y ciclo deportivo	2 (8%)	2 (5.41%)	
Interés hacia otras actividades (relaciones de pareja, amistades, rumba, consumo de alcohol, etc.)	3 (12%)	0 (0%)	
No influyo	2 (8%)	4 (10.81%)	

Al asociar los factores sociológicos de deserción por el género, el 40% de las mujeres afirmaron que abandonaron por falta de tiempo por obligaciones académicas, mientras que las obligaciones laborales y familiares con el 20% fue elegida como segundo factor de prevalencia;

y en hombres los factores que determinaron la deserción de la práctica del atletismo han sido la falta de tiempo por obligaciones académicas con el 37.84% y las obligaciones laborales y familiares con el 24.32%. Finalmente, las diferencias mostradas en los factores sociológicos por género no son estadísticamente significativas ($p=0.32$).

Tabla 11. Relación entre los factores psicológicos de deserción y género

LOS FACTORES PSICOLÓGICOS DE DESERCIÓN	Mujer	Hombre	Valor de P
Desinterés por el entrenamiento y el deporte	3 (12%)	2 (5.41%)	0.28
Motivación por otra modalidad deportiva	1 (4%)	3 (8.11%)	
Falta de motivación y reconocimiento del esfuerzo por parte del entrenador	3 (12%)	4 (10.81%)	
Falta de proyección, logros y metas deportivas	5(20%)	1 (2.70%)	
Exceso de presión y estrés en entrenamientos y resultados de competencias	3(12%)	4 (10.81%)	
Falla en el proceso de acompañamiento psicológico y deportivo por parte del INDERSANTANDER	4 (16%)	11 (29.73%)	
No influyo	6 (24%)	12 (32.43%)	

Al asociar los factores psicológicos de deserción por el género, el 24% de las mujeres afirmaron que ningún factor psicológico influyó en el abandono del atletismo y el 20% consideró que la falta de proyección, logros y metas deportivas determinaron su deserción. El 32.43% de los hombres afirmaron que ningún factor psicológico determinó su deserción y el 29,73% consideró como primer factor de abandono la falla en el proceso de acompañamiento psicológico y deportivo por parte del INDERSANTANDER. Finalmente, las diferencias mostradas en los factores psicológicos por género no son estadísticamente significativas ($p=0.28$).

Tabla 12. Relación entre los factores físicos de deserción y género

FACTORES FÍSICOS DE DESERCIÓN	Mujer	Hombre	Valor de P
Bajo rendimiento deportivo	1 (4%)	6 (16.22%)	0.50
Exceso de cansancio deportivo	1 (4%)	1 (2.70%)	
Lesiones deportivas	5 (20%)	12(32.43%)	
Poca o no existió recuperación del nivel del deportivo postlesion	1 (4%)	1 (2.70%)	
Estancamiento del nivel deportivo (poca o nada de mejora)	6 (24%)	6 (16.22%)	
Prohibición de la práctica deportiva por algún tipo de enfermedad	0 (0%)	0 (0%)	
No influyo	11 (44%)	11 (29.73%)	

Al asociar los factores físicos de deserción por el género, el 44% de las mujeres afirmaron que ningún factor físico influyo en el abandono del atletismo y el 24% considero el estancamiento a nivel deportivo (poca o nada de mejora) como determinante de su deserción. El 32.43% de los hombres afirmaron que las lesiones deportivas fueron el principal factor de abandono y el 29.73% consideraron que ningún factor físico influyo en su decisión. Finalmente las diferencias mostradas en los factores físicos por género no son estadísticamente significativas ($p=0.50$).

Tabla 13. Relación entre los factores económicos de deserción y género

FACTORES ECONÓMICOS DE DESERCIÓN	Mujer	Hombre	Valor de P
Necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás	6 (24%)	10 (27.03%)	0.28
Poca remuneración del deporte practicado	1 (4%)	3 (8.11%)	
Bajo ingreso de ayuda familiar	0 (0%)	1 (2.70%)	
Falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes del departamento	7 (28%)	8 (21.62%)	
Excesiva demanda económica por parte del deporte (costo del deporte)	0 (0%)	0 (0 %)	
Inexistencia de recursos para practicar el atletismo	2 (8%)	5 (13.51%)	
No influyo	9 (36%)	10 (27.03%)	

Al asociar a los factores económicos de deserción por el género, el 36% de las mujeres afirmaron que ningún factor económico influyo en el abandono del atletismo y el 28% considero que la Falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes del departamento determinaron su deserción del atletismo. El 27.03% de los hombres considero la necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás como el principal factor de abandono y el 27.03% afirmaron que ningún factor económico influyo en la deserción del atletismo. Finalmente, las diferencias mostradas en los factores económicos por género no son estadísticamente significativas ($p=0.28$)

8. Discusión y conclusiones

Las evidencias de diversos estudios realizados por diferentes autores ponen de manifiesto un problema de abandono de la práctica de actividad física a medida que avanza la edad en los jóvenes, y muestran una tendencia hacia la adquisición de estilos de vida sedentarios y poco saludables. Esta situación de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva por parte de los adolescentes es una de las preocupaciones que tiene los institutos de deportes y los entrenadores, siendo necesario estudiar los motivos del por qué sucede; para poder optar medidas que mejoren la situación.

El presente estudio estableció como principal objetivo la necesidad de conocer cuáles han sido los principales motivos que condujeron al deportista a tomar la decisión de desertar en la práctica del atletismo en Santander. Asociados también con los resultados que se obtuvieron en cuanto a la modalidad de práctica deportiva, el rango de edad de abandono, el tiempo de práctica deportiva en atletismo, los factores de deserción relacionados consecuentemente con el género establecidos en las diferentes tablas de resultados.

Estos factores fueron estructurados en dimensiones sociológicas, psicológicas, físicas y económicas, con el fin de conocer con más detalle la razón de la deserción deportiva. Para cada dimensión fue incluido el ítem de respuesta no influyo, esto con el fin de permitir la posibilidad a

la población de dar a conocer que alguna de las dimensiones no fue motivo directo de abandono del atletismo.

Con relación a los principales factores que la población eligió han sido los siguientes: (a) la falta de tiempo por obligaciones académicas, (b) las obligaciones laborales y familiares como segunda opción de deserción, (c) no influyo la dimensión sociológica para la deserción.

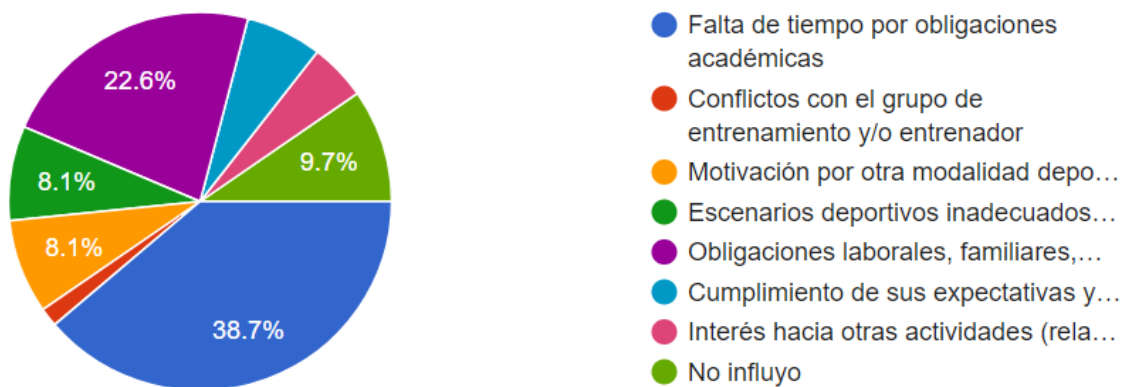


Figura 8: Resultados porcentuales de los factores sociológicos de deserción en atletismo

Fuente: Autor del documento

Para la dimensión psicológica la mayoría de la población eligió que: (a) no influyo, (b) falla en el proceso de acompañamiento por parte del instituto de deportes de Santander Indersantander junto con la falta de proyección, logros y metas, (c) exceso de presión y estrés en entrenamiento, han sido los principales motivos de deserción para el atletismo.

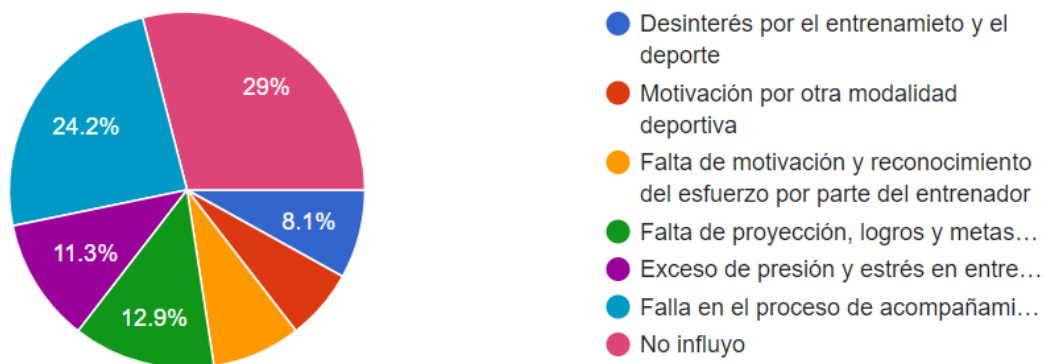


Figura 9: Resultados porcentuales de los factores psicológicos de deserción en atletismo

Fuente: Autor del documento

Con relación a la dimensión física la mayoría de la población eligió que: (a) no influyo, (b) lesiones deportivas, (c) estancamiento del nivel deportivo (poco o nada de mejora) fueron los principales motivos de deserción en el atletismo.

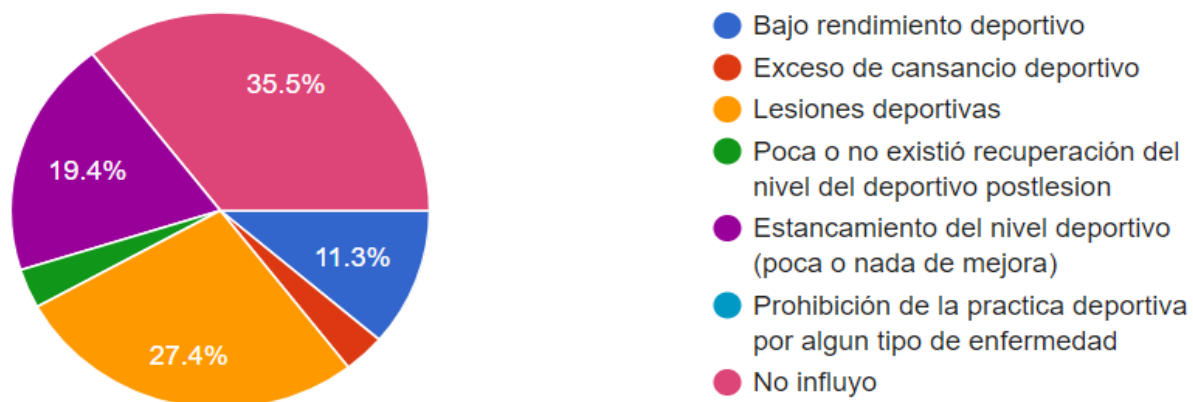


Figura 10: Resultados porcentuales de los factores físicos de deserción en atletismo

Fuente: Autor del documento

Con respecto a la dimensión económica la mayoría de la población eligió: (a) no influyo, (b) necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás, (c) falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes del departamento, fueron los principales motivos de deserción en el atletismo.



Figura 11: Resultados porcentuales de los factores físicos de deserción en atletismo

Fuente: Autor del documento

A continuación se referencia nuevamente el estudio realizado en Colima, México (Olmos Galván & Peña Andrade, 2009) por el motivo que nos permite comparar las mismas dimensiones establecidas en el presente estudio. Esta investigación nos arroja una misma clasificación de dimensiones que el estudio realizado, destacando como principales factores sociológicos la falta de tiempo por otros intereses, no se coincidían con los horarios de entrenamiento y la exigencia académica-escolar. Para los factores psicológico que más sobresalieron han sido que el entrenamiento dejó de interesarles, el entrenador no reconocía el esfuerzo y que los entrenamientos ya no cumplían sus expectativas. En cuanto a los factores físicos afirmaron que tenían una baja condición física, sufrían de cansancio deportivo y sus capacidades condicionales habían disminuido. El factor que más influyó en la dimensión económica fue la necesidad de trabajar para gastos propios.

Esto permite conocer que a medida que aumenta la edad, el deporte comienza ser una etapa clave sobre la cual debe decidir la persona, si quiere seguir su práctica para construir su proyecto de vida o si por el contrario debe optar por su abandono. Los estilos de vida empiezan a cambiar y empiezan a aparecer otro tipo de necesidades sociales, emocionales, físicas, lo que conlleva a que se modifique su conducta y decisiones personales. Como se observa, para los resultados del estudio de Colima, aparecen factores tanto intrínsecos como extrínsecos, determinando que la decisión está relacionada a nivel personal o es forzada por factores externos que los deportistas no pueden controlar.

Siguiendo la línea de análisis de resultados con respecto a otras investigaciones, un estudio realizado sobre “análisis de retirada de la práctica deportiva” para el año 2009 por (Carlin, Salguero, Márquez Rossa, & Garcés de los Fayos Ruiz, 2009) donde participaron 83 estudiantes universitarios donde el 75.9% había practicado deportes colectivos y el 24.1% deportes

individuales. Se analizaron los motivos de retirada de la práctica deportiva donde se concluyó que los principales motivos de abandono fueron la escasa habilidad que percibían para desarrollar el deporte, la baja forma deportiva y el bajo rendimiento que presentaban en competiciones. Esto concluyo que el abandono de la práctica deportiva está relacionada directamente con la disminución de la motivación.

Un estudio realizado con población española concluyo que los principales motivos por lo que la población en España practica deporte por orden de importancia: (a) por salud o hacer ejercicio físico, (b) motivos lúdicos como diversión o gusto del deporte y (c) por motivos y/o gustos competitivos. Y por los que no practica fueron: (a) falta de tiempo, (b) no le gusta y (c) por la edad y pereza. Esto nos permite hacer una comparación con el presente estudio que se ha realizado, determinando que la competitividad hacia el alto rendimiento es un proceso complejo y difícil de conseguir y mantener con los deportistas, puesto que es una opción muy baja para el atleta, como lo demuestra nuestro estudio, donde la mayoría de deportistas abandonaron entre los 16 y 24 años, dando por terminando el proceso deportivo. Así mismo en cuanto el por que no se practica, hay una relación con el presente estudio en la falta de tiempo, siendo este un factor negativo relevante, ya sea para no practicar el deporte o influye para abandonar la práctica deportiva, como lo indica el estudio que se ha desarrollado (Digitum, s.f.). De igual manera establecían conclusiones sobre el género los hombres manifestaban mayor interés por la práctica deportiva que las mujeres, con un 75% sobre un 56%. Esto concluyendo diversos estudios entre los años 1993 y 2000 en España.

Un estudio realizado por la universidad de Barcelona (Pavon Lores & Moreno, 2008) conformado por 1512 estudiantes de la universidad de Murcia para el desarrollo del estudio, permitió identificar una serie de resultados, entre los que nombramos el gusto y la actitud que

tienen los hombres y mujeres hacia la práctica deportiva. El 96.6% de los hombres presenta mayor gusto hacia el deporte sobre un 85.5% de las mujeres. En cuanto a la práctica deportiva el 75.2% afirmaba que practicaba un deporte mientras que un 61.3% de las mujeres no practicaban alguna modalidad deportiva. Esto corrobora con los resultados obtenidos en nuestro estudio donde existió más población que practico el deporte para el caso de los hombres, con 59.7% sobre el 40.3% que presentaron las mujeres. Esto permite tener una idea general de que existe mayor inclinación por parte de los hombres hacia la práctica deportiva sobre el género femenino. Así, el estudio referenciado nos permite conocer que la competitividad en el deporte no es uno de las principales motivaciones de la práctica del deporte. Para los hombres eran más relevantes el gusto por superarse y la posibilidad de conocer gente con un 43.5%, mientras que para las mujeres o hacían para mejorar su aspecto físico 57.9% y beneficios que aporten a la salud con 74.1%. Lo que hace más fácil entender el por qué los deportistas no prevalece la competitividad y dirección hacia el alto rendimiento en los atletas de la Liga Santandereana de atletismo.

Un estudio llevado a cabo en la ciudad de Granada con una muestra de 857 alumnos (389 chicos y 468 chicas) permitió conocer una serie de motivos de abandono que establecieron los autores para conocer los principales motivos de abandono de la práctica deportiva. Los resultados arrojaron que el 79.2% de la población no tenía tiempo para realizar la práctica, seguido de preferencia de realizar otras actividades en el tiempo libre con 47.1%, continuando con pereza y desgana para no practicarlo 42.8%, no se cumplió las expectativas deportivas 19.4% como otro motivo y no ser tan buen deportista como esperaba 19.4% entre los principales factores que eligió la población para abandonar la práctica deportiva. Es interesante destacar el resultado que brindo el estudio en la ciudad de Granada, España, ya que nos permitió tener en común con la actual investigación, el principal motivo de abandono deportivo, como lo es la

falta de tiempo por algún motivo u obligación, como lo muestra tanto la presente investigación como la nombrada anteriormente. (Macarro Moreno, Romero Cerezo, & Guerrero, 2008). También existió una relación común de respuesta en cuanto al género, afirmando en el estudio nombrado que tanto hombres como mujeres optaron por elegir como principal motivo de abandono la falta de tiempo, así mismo para la actual investigación donde se explica tal asociación en la tabla 11.

La comparación realizada entre resultados de este estudio y los demás aquí referenciados, coinciden en su mayoría con los principales motivos de deserción deportiva, pero no son suficientes para establecer exactamente por cuales abandonan la práctica del deporte, ya que pueden variar de acuerdo a la edad del deportista, su lugar o país de residencia, el deporte practicado, etc. Lo importante es que entrenadores, institutos de deportes, padres de familia logren conocer los resultados de estos estudios y así realizar planes de contingencia que influyan tanto para los factores intrínsecos y extrínsecos del deportista, evitando la deserción de la práctica deportiva y sus procesos hacia el alto rendimiento.

Otro estudio desarrollado por (Jaramillo & Narvaez, 2011) con una población de 40 mujeres, donde 20 patinadoras habían optado por abandonar totalmente y el siguiente grupo de 20 deportistas continuaban con la práctica del patinaje, con una edad entre los 15-18 años. Afirmando que la causa principal de deserción por parte de las deportistas retiradas, estaba relacionado con el aspecto académico, siendo más aclarativos, las responsabilidades de las labores estudiantiles y el interés por ingresar a la Educación Superior. El estudio confirma que en gran medida los factores socio-económicos influyen de manera directa en la motivación de las deportistas, generado en ella la constancia y la buena actitud para asistir a los entrenamientos. Todo esto se logra gracias al acompañamiento de la familia a lo largo del proceso de la práctica

deportiva. No quedar preseleccionadas en los equipos de patinaje del departamento les generaba desilusión y aburrimiento.

Estos resultados acompañan los obtenidos en el presente estudio sobre deserción en atletismo, donde el género femenino también compartía como facto principal, las obligaciones que les generaba el compromiso académico, dificultando la continuidad de los procesos por falta de tiempo debido a los estudios universitarios.

La relación de práctica deportiva que adquiere y adopta el deportista le permite crear una serie de circunstancias que le hacen asumir un rol que determinar la construcción de unas características en sus dimensiones sociales y psicológicas que le comprometen con el deporte debido al alto grado de dedicación que desarrolla con la actividad. Este grado de preponderancia que desarrolla el deportista elite con el deporte le hace dudar muchas veces sobre la decisión de abandonar, pero que en muchas ocasiones se termina efectuando. Este cambio de actividad debido al retiro deportivo contraerá una transformación compleja en la que se producirá un paréntesis en el ciclo vital del individuo, una discontinuidad marcada por el fin de un rol asumido como función primordial en la vida de las personas, enmarcándose el retiro de la actividad deportiva como uno de los procesos más significativos a los que debe enfrentarse un deportista, debido a que en desarrollo de dicho suceso se producen cambios físicos, psicológicos, sociales, económicos, sin mencionar otros de índole menor. El deporte de elite requiere un alto nivel de inversión de tipo física y emocional, lo que resulta lógico debido a la alta dedicación del individuo a la actividad. El retiro deportivo en la mayoría de los casos no aparece como un inicio a una nueva etapa, sino más bien como una discontinuidad en el ciclo vital de un individuo, constituyendo uno de los procesos más trascendentes a los que puede enfrentarse un deportista,

debido a que en dicha etapa se producen cambios físicos, psicológicos, sociales y económicos, entre otros. (Carter Thuillier, Cartel Beltran, Cresp Barria, & Ojeda Nahuelcura, 2016)

La retirada es un proceso de desprendimiento que tiene que realizar el deportista elite con su deporte; y que de igual manera sucedió con cierta parte de los deportistas encuestados para el presente estudio, donde se terminaron procesos deportivos de y hacia el alto rendimiento por consecuencia de los factores establecidos en los resultados que obligaron al atleta tomar radicalmente la decisión sobre abandonar el atletismo, ya sea parcialmente o totalmente de su práctica y todo proceso deportivo de rendimiento que conlleve su ejecución. La falta de apoyo hacia el deportista y el acompañamiento en el proceso deportivo son fallas recurrentes que afectan el desempeño en las diversas dimensiones que desarrollan los deportistas de rendimiento, y que se sintetizan en la deserción hacia la práctica del atletismo y las fases de desarrollo deportivo hacia la alta competencia, evitando que los atletas lleguen a eventos de talla Nacional e Internacional en representación del País y el departamento de Santander, interrumpiendo los ciclos deportivos.

Los agentes moduladores de motivación como lo son los padres de familia, los entrenadores, los amigos, resultan ser un aspecto importante para que atletas con orientación al rendimiento deportivo eviten desertar la práctica de deporte. Así lo nombra un estudio realizado por Pallares, Jacinto (1998) considera que el autoestima del joven deportista se ha ido conformando a partir de la interiorización de las percepciones provenientes de esas redes de apoyo social y su mejor o peor adaptación al entorno de la competición deportiva dependerá del desarrollo equilibrado de los procesos cognitivos, sociales y afectivos en su interacción con ese entorno. El estudio estuvo formado por 138 alumnos, que finalmente se redujo a 96 por falta de datos. Los resultados arrojaron que en los deportistas, existe una marcada orientación hacia el deporte de competición,

el motivo de “dominio del deporte” ocupa el primer lugar pero no “el motivo de ganar” logra ser el más importante en absoluto.

Así se concluye que en este grupo de deportistas adolescentes el ganar y ser mejor que los demás ocupa un lugar más importante en su vida. Estos deportistas perciben apoyo de la familia y el entrenador, quienes parecen estimularles a ser mejores que los demás. El autor considera importante formar a los agentes psicosociales para que valoren la importancia de la orientación a la tarea frente a la orientación a los resultados para aumentar las posibilidades de prolongar la vida deportiva de los jóvenes, con características semejantes con el presente estudio, que tienen una clara orientación al deporte de competición.

La motivación humana ha sido y continúa siendo un campo muy productivo, para la investigación psicológica básica. En el área de la competición deportiva el “motivar” adecuadamente o “hacer que se motiven” es una preocupación constante de los entrenadores. Las orientaciones seguidas para conseguirlo pueden fomentar una maduración y desarrollo personal equilibrados o bien provocar la aparición de problemas emocionales en el manejo del éxito y el fracaso generando personalidades inmaduras.

De manera resumida, los autores coinciden que la orientación hacia la tarea fomenta el sentido de la competencia y deseos de esforzarse más, mientras que la orientación a procesos de comparación social conduce a sentimientos de falta competencia, menor persistencia y esfuerzo. (Pallarés, 1998)

De los resultados obtenidos podemos establecer dentro de las conclusiones que:

- Se desarrolló un fenómeno de deserción deportiva relevante en la población adolescente, presentando un abandono mayor entre la edad de los 16 a 24 años.

- Realizando una comparación y análisis de las dimensiones establecidas se concluye que la dimensión que más influye para el abandono del atletismo fue la sociológica.
- Los resultados muestran que ha existido una mayor práctica del atletismo por parte del género masculino.
- Los 4 factores que más influyeron para la deserción deportiva han sido la falta de tiempo por obligaciones académicas, falla en el proceso de acompañamiento por parte del Indersantander, las lesiones deportivas y necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás. Describiendo el principal factor para dimensión establecida.

9. Recomendaciones

Como recomendación en base a lo obtenido en resultados; es importante que las universidades incluyan un programa de beneficio al deportista en su práctica deportiva, aparezca un proceso de acompañamiento psicológico por parte del instituto de deportes hacia el deportista, un programa de rehabilitación en cuanto a las lesiones deportivas, mayor beneficio económico por parte de los institutos de deportes hacia el deportista.

Se recomienda tomar los datos y resultados arrojados en este estudio, para que entrenadores, padres de familia, institutos de deportes tengan a su alcance conocimiento del por qué desertan los atletas en Santander, desarrollando planes de contingencia que eviten el abandono del atletismo.

Es recomendable la aplicación de este tipo de estudio en otras disciplinas deportivas en Santander, esto con el fin de conocer con más exactitud y claridad la problemática de la deserción y abandono deportivo en el departamento de Santander.

Se sugiere para próximas investigaciones ya sea para el deporte de atletismo u otro deporte, contar con una mayor muestra y una base de datos de los participantes, con el fin de ser más exactos y concretos en los resultados, con mayor inclusión de deportistas que pertenecen a municipios del departamento y no solo de Bucaramanga y su área metropolitana.

Bibliografía

- Alcoba, A. (2001). *Enciclopedia del deporte*. Madrid: Esteban Sanz.
- Aznar Laín, S., & Webster, T. (s.f.). *Actividad física y salud en la infancia y adolescencia*.
Obtenido de Actividad física y salud en la infancia y adolescencia:
<https://www.msssi.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adultos/actiFisica/docs/ActividadFisicaSaludEspanol.pdf>
- Ballaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (23 de MAYO de 2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 123-139. Obtenido de <http://www.rpd-online.com/article/view/246>
- BLURadio. (27 de 11 de 2017). *Deportistas santandereanos emigran a otras ciudades por “falta de apoyo”*. Obtenido de BLURadio: <https://www.bluradio.com/bucaramanga/deportistas-santandereanos-emigran-otras-ciudades-por-falta-de-apoyo-161340>
- Campos Granell, J., & Gallach Lazcorreta, J. e. (2004). Introducción al atletismo. En J. Campos Granell, & J. e. Gallach Lazcorreta, *Las técnicas del atletismo* (pág. 13). Paidotribo.
- Cancino, M. (s.f.). *El gasto público en el 2016, ¿cambio de forma o de fondo?* Obtenido de Animal Político: <http://www.animalpolitico.com/blogueros-inteligencia-publica/2015/07/09/el-gasto-publico-en-el-2016-cambio-de-forma-o-de-fondo/>
- Cantón Chirivella, E. (2016). La especialidad profesional en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología aplicada al deporte y al ejercicio físico*, 1(1), 1-12. doi:10.5093/rpadef2016a2
- Caracol Radio. (2009). Trece atletas colombianos participaran desde el sábado en el Mundial de Atletismo en Berlín. Obtenido de Caracol Radio: http://caracol.com.co/radio/2009/08/13/deportes/1250173440_861162.html

- Carlin, M. (2015). *El abandono de la practica deportiva, motivación y estados de animo en deportistas*. Wanceulen Editorial Deportiva.
- Carlin, M., Salguero, A., Márquez Rossa, S., & Garces de los Fayor Ruiz, E. J. (2009). Análisis de los motivos de retirada de la práctica deportiva y su relación con la orientación motivacional en deportistas universitarios. *Cuadernos de psicología del deporte*, 9(1), 85-99. Obtenido de <http://revistas.um.es/cpd/article/view/75401/72691>
- Carter Thuillier, B., Cartel Beltran, J., Cresp Barria, M., & Ojeda Nahuelcura, R. (2016). El abandono deportivo desde una perspectiva psicosocial. *Revista Internacional de Investigación en Ciencias Sociales*, 12(1), 103-120. Obtenido de <http://scielo.iics.una.py/pdf/riics/v12n1/v12n1a09.pdf>
- Coldeportes. (24 de 10 de 2014). *Superate Intercolegiados*. Obtenido de Superate Intercolegiados: http://www.coldeportes.gov.co/sala_prensa/noticias_coldeportes/superate_intercolegiados_final_66323/superate_intercolegiados_una_66332
- Coldeportes. (2015). *Juegos Deportivos Nacionales y Juegos Deportivos Paranales*. Obtenido de Juegos Deportivos Nacionales y Paranales 2015: <https://www.juegosnacionales.gov.co/item/articulo/3957/>
- Coldeportes. (18 de 09 de 2016). *Superate Intercolegiados*. Obtenido de Superate Intercolegiados: <http://www.coldeportes.gov.co/index.php?idcategoria=84611>
- Colombiano, C. O. (2015). *Misión COC*. Obtenido de Comité Olímpico Colombiano: <http://www.coc.org.co/about-us/mision/>

- Colombiano, C. O. (s.f.). *CAPITULO I NATURALEZA, DOMICILIO, OBJETIVOS, CONSTITUCION, AUTONOMIA*. Obtenido de Comité Olímpico Colombiano Estatutos: <http://www.coc.org.co/wp-content/uploads/2015/03/ESTATUTOS-COMITE.pdf>
- Comité Olímpico Colombiano. (2015). *Boletín Deportivo Toronto 001*. Obtenido de Comité Olímpico Colombiano: http://www.coc.org.co/wp-content/uploads/2015/05/2015.03.24.JPAN_.MISION.TORONTO.01.pdf
- Comité Olímpico Colombiano. (2016). *Colombia en los Olímpicos (17): Londres 2012*. Obtenido de Comité Olímpico Colombiano: <http://www.coc.org.co/all-news/colombia-en-los-olimpicos-17-londres-2012/>
- Congreso de la República. (28 de diciembre de 1992). Ley 30. *Por el cual se organiza el servicio público de la Educación Superior*. Bogotá, Colombia. Obtenido de mineducación: http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85860_archivo_pdf.pdf
- Contraloría. (2017). *Contraloría General De La República*. Obtenido de Contraloría General De La República: <https://www.contraloria.gov.co/documents/463406/472476/Comentarios+al+presupuesto+General+de+la+Naci%C3%B3n+2017.pdf/bdfcfbce-9f28-4eec-b90b-03f348ef1559?version=1.0>
- Cruz Feliu, J. (2001). Motivos de participación de los niños en competiciones deportivas. En J. Cruz Feliu, *Psicología del Deporte* (págs. 153-156). Madrid: Síntesis.
- Cruz Feliu, J. (2001). *Psicología del Deporte*. Síntesis.
- Departamento Administrativo del Deporte, I. R. (24 de 12 de 2013). *Coldeportes*. Obtenido de Coldeportes: http://www.coldeportes.gov.co/coldeportes_629

Digitum. (s.f.). Obtenido de *Digitum:*

<https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/373/6/HellnGmez06de15.pdf>

Dosil, J. (2007). *El Psicologo del Deporte*. Madrid: Síntesis.

Dosil, J. (2007). Preparacion Psicologica del Deporte. En J. Dosil, *El psicologo del Deporte* (pág. 220).

Dosil, J. (2007). Preparación psicológica del deporte. En J. Dosil, *El Psicólogo del Deporte* (págs. 216-220). Madrid: Síntesis.

Eastwood, C., McCreary, L., Lorenz, R., Neufeld, M. (Productores), & Eastwood, C. (Dirección). (2009). *Invictus* [Película]. Warner Bros. Pictures.

El Espectador. (06 de Agosto de 2013). Atletas colombianos quieren hacer historia en el Mundial de Atletismo. *El Espectador*. Obtenido de El Espectador: <http://www.elespectador.com/deportes/otrosdeportes/atletas-colombianos-quieren-hacer-historia-el-mundial-d-articulo-438344>

Feliu, J. C. (1999). Causas de abandono de los jovenes de las competiciones deportivas. En J. C. Feliu, *psicologia del deporte* (págs. 156-157).

Feliu, J. C. (1999). Causas de abandono de los jovenes de las competiciones deportivas. En J. C. Feliu, *Psicologia del deporte* (págs. 158-160).

Gálvez Casa, A. A. (2004). Actividad física habitual de los adolescentes de la región de Murcia. Análisis de los motivos de práctica y abandono de la actividad físico-deportiva . Murcia, España. Obtenido de

<https://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/31339395/motivos-de-practica-y-abandono-de-la-actividad-fisico-deportiva.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAIWOWYYGZ2Y53UL3A&Expires=151183488>

5&Signature=J9jMtewXyeXy62sG2qsTE2c0HUM%3D&response-content-disposition=inlin

Gil Madrona, P., Contreras Jordán, O. R., & Gómez Barreto, I. (2008). Habilidades motrices en la infancia y su desarrollo desde una educación física animada. *Revista Iberoamericana de Educación*, 47, 71-96. Obtenido de <http://rieoei.org/historico/documentos/rie47a04.htm>

González Álvarez, N. (05 de 11 de 2015). Se desmorona el deporte en Santander. *Vanguardia Liberal*. Obtenido de <http://www.vanguardia.com/deportes/otros-deportes/334554-se-desmorona-el-deporte-en-santander>

González Álvarez, N. (06 de 06 de 2017). El deporte en Santander continúa en 'jaque mate'. *Vanguardia Liberal*, pág. 1. Obtenido de <http://www.vanguardia.com/deportes/otros-deportes/399941-el-deporte-en-santander-continua-en-jaque-mate>

Greco, V., & Gorostazu, J. (2002). Motivación en el deporte y su influencia en los resultados laborales. *MOTIVACIÓN EN EL DEPORTE Y SU INFLUENCIA EN LOS RESULTADOS LABORALES*, 4. Obtenido de Universidad del CEMA: https://www.ucema.edu.ar/posgrado-download/tesinas2002/Grecco_MADE.pdf

Gutierrez Lucas, A. (s.f.). *Mundo atletismo*. Obtenido de Mundo atletismo: <http://www.mundoatletismo.com/doc/articulo22012.pdf>

Gutierrez SanMartín, M. (2004). *El valor del deporte en la educación integral del ser humano*. Obtenido de Revista de educación: http://www.revistaeducacion.educacion.es/re335/re335_10.pdf

- Hidalgo Montero, M. (2008). Abandono deportivo escolar: más temprano que tarde. *EFDeportes*, 13(121). Obtenido de Efdportes.com: <http://www.efdeportes.com/efd121/abandono-deportivo-escolar.htm>
- Indersantander. (2017). *Instituto Departamental de Recreación y Deportes de Santander*. Obtenido de Reseña Historica del Indersantander: <http://indersantander.gov.co/historia.php>
- Indersatander. (10 de agosto de 2017). *Instituto Departamental de Recreación y Deportes de Santander*. Obtenido de Departamento de Alto Rendimiento: http://indersantander.gov.co/deporte_alto_rendimiento.php
- Jaramillo, C. A., & Narvaez, A. (2011). Factires que influyen en la deserción en deportistas mujeres de la categoria juvenil de la Liga Vallecaucana de Patinaje 2011. *Biblioteca digital Univalle*, 1-77. Cali, Colombia. Obtenido de <http://bibliotecadigital.univalle.edu.co/bitstream/10893/3868/4/CB-0449649.pdf>
- Kinedeportes. (s.f.). *Kinedeportes*. Obtenido de http://kinedeportes.com.ar/publicaciones/CONCEPTO_DE_ACTIVIDAD_FISICA.pdf
- Lozano Rodríguez, J. A., & Rincón Aguas, A. R. (2006). *Condiciones del atletismo colombiano rumbo a los Juegos Olímpicos de la Vigésimo-Nonena olimpiada de Beijing 2008. Bogotá, Colombia. Marzo 2006*. Obtenido de Centro de Documentación e Información Municipal ESAP: [http://cdim.esap.edu.co/BancoMedios/Documentos%20PDF/condiciones_del_atletismo_colombiano_rumbo_a_los_juegos_olímpicos_de_la_vigésimo_novena_olimpiada_de_beijing_2008_bogota_colombia_marzo_2006_desarrollo_\(157_pág_308_kb\).pdf](http://cdim.esap.edu.co/BancoMedios/Documentos%20PDF/condiciones_del_atletismo_colombiano_rumbo_a_los_juegos_olímpicos_de_la_vigésimo_novena_olimpiada_de_beijing_2008_bogota_colombia_marzo_2006_desarrollo_(157_pág_308_kb).pdf)

- Macarro Moreno, J., Romero Cerezo, C., & Guerrero, J. T. (2008). Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de granada. *Revista de educación*, 495-519. Obtenido de http://www.revistaeducacion.mec.es/re353/re353_18.pdf
- Marquez Rosa, S., & Garatachea, N. (2012). Actividad fisica y salud. En P. J. Vega, *Motivacion Para la Practica De Actividad Fisica y Salud* (págs. 177-178). Diaz De Santos.
- Martínez Baena, A. C. (2012). Factores influyentes en la actividad físico-deportiva de adolescentes españoles: opiniones sobre el papel de la escuela. (*Tesis doctoral*). Provincia de Granada, España: Universidad de Granada. Obtenido de [hera.ugr.es: https://hera.ugr.es/tesisugr/20948438.pdf](http://hera.ugr.es/tesisugr/20948438.pdf)
- Muñiz Sanabria, A. (08 de 2011). *efdeportes.com*. Obtenido de [efdeportes.com: http://www.efdeportes.com/efd159/la-forma-deportiva-en-el-atletismo-contemporaneo.htm](http://www.efdeportes.com/efd159/la-forma-deportiva-en-el-atletismo-contemporaneo.htm)
- Ochoa, C. (05 de Mayo de 2015). *netquest*. Obtenido de [netquest: https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-sistematico](https://www.netquest.com/blog/es/blog/es/muestreo-sistematico)
- Olmos Galván, E. O., & Peña Andrade, P. E. (2009). Factores que influyen en la deserción de atletas mayores de 21 años en el handball colimense. *Ciencia, Deporte y Cultura*, 5(5), 30-39. Obtenido de Universidad de Colima: <http://www1.ucol.mx/FCE-CA/docs/epuno/cinco/04Artinvestigaci+%C2%A6n.pdf>
- Olmos, e., & peña, p. (2009). Factores que influyen en la deserción de atletas mayores de 21 años en el handball colimense. *Factores que influyen en la deserción de atletas mayores de 21 años en el handball colimense*. Colima, mexico.

- Ordoñez Olano, L. G. (20 de 08 de 2016). Colombia brilló en los Juegos Olímpicos de Río 2016. Seguimos creciendo. *El Espectador*. Obtenido de <https://www.elespectador.com/deportes/otrosdeportes/colombia-brillo-los-juegosolimpicos-de-rio-2016-seguim-articulo-650128>
- Pallarés, J. (1998). Los agentes psicosociales como moduladores de la motivación en los deportistas jóvenes orientados al rendimiento: un modelo casual. *Revista de Psicología del deporte*, 7(2), 275-281. Obtenido de <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v7n1/19885636v7n1p275.pdf>
- Patiño Monsalve, J. (23 de 11 de 2015). El balance de Santander en los Juegos Deportivos Nacionales. *Vanguardia Liberal*, pág. 1. Obtenido de <http://www.vanguardia.com/deportes/juegos-nacionales/337038-el-balance-de-santander-en-los-juegos-deportivos-nacionales>
- Pavon Lores, A., & Moreno, J. A. (2008). Actitud de los universitarios ante la práctica físico-deportiva: diferencias por géneros. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 7-23. Obtenido de <http://www.redalyc.org/html/2351/235119246001/>
- Perez Muños, S. (2014). *Actividad física y salud: aclaración conceptual*. Obtenido de EFDeportes: <http://www.efdeportes.com/efd193/actividad-fisica-y-salud-aclaracion-conceptual.htm>
- Polishuck, V. (2007). *Atletismo. Iniciación y perfeccionamiento*. Barcelona: Paidotribo.
- Ramos Bermúdez, S. (2007). Factores de estrés, causas del abandono y cualidades volitivas en deportistas infantiles. *Educación física y deporte*, 26(1), 101-106. Obtenido de <http://aprendeonline.udea.edu.co/revistas/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/236>

- Restrepo Betancur, J. C. (2008). Deserción de los Usuarios del Programa 100% familiar del Centro de Extensión del Instituto Universitario de Educación Física de la Universidad de Antioquia, periodo 2005 - 2008. (*Tesis de pregrado*). Medellín, Colombia: Universidad de Antioquia. Obtenido de viref.udea.edu.co: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/191-desercion.pdf>
- Rius Sant, J. (2005). *Metodología y técnica del atletismo*. Barcelona: Paidotribo.
- Rodríguez Gil, C. (s.f.). *La Psicología Dle Deporte: Implantación y Estado Actual en España*. Obtenido de La Psicología Dle Deporte: Implantación y Estado Actual en España: <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%C2%BA14/Cristina%20Gil%20Rodr%C3%ADguez.pdf>
- Ruiz, F. J., Garcia, M. E., & Suarez, A. D. (2007). Análisis de las motivaciones de práctica de actividad física y de abandono deportivo en la Ciudad de La Habana (Cuba). *Anales de psicología*, 23(1), 152-166. Obtenido de http://www.um.es/analesps/v23/v23_1/19-23_1.pdf
- Sabino, C. (1992). El conocimiento científico. En C. Sabino, *EL PROCESO DE INVESTIGACIÓN* (pág. 216). buenos aires: Lumen.
- Salguero, A., Tuero, C., & Marquez, S. (enero de 2003). Adaptación española del Cuestionario de Causas de Abandono en la Práctica Deportiva: validación y diferencias de género en jóvenes nadadores. *EFDeportes*, 8(56). Obtenido de efdeportes.com: <http://www.efdeportes.com/efd56/aband.htm>
- Salud, C. O. (1948). *Organización Mundial de la Salud*. Obtenido de <http://www.who.int/suggestions/faq/es/>

- SALUD, M. D. (04 de octubre de 1993). *minsalud*. Obtenido de minsalud: https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/RESOLUCION%208430%20DE%201993.pdf
- Salud, O. M. (2017). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*. Obtenido de Actividad Fisica: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>
- Sant, J. R. (2005). Metodología y Tecnicas de Atletismo. En J. R. Sant, *Metodologia y Tecnicas del Atletismo* (pág. 13). Paidotribo.
- Serra Majen, L., Roman Viñas, B., & Javier, A. B. (2006). *Actividad fisica y salud*. Masson. Obtenido de https://books.google.com.co/books?id=HoBRW1Nk8SIC&printsec=frontcover&dq=que+es+la+actividad+fisica&hl=es-419&sa=X&ved=0ahUKEwjebv3_yuHXA hVJYyYKHX8AAi4Q6AEIJTAA#v=onepage&q&f=false
- Tinto, V. (s.f.). *Definir la deserción: una cuestión de perspectiva*. Obtenido de Alfa-GUIA: http://www.alfaguia.org/alfaguia/files/1342823160_52.pdf
- Torres, J. C. (13 de 08 de 2013). Deporte en Colombia: "oro en abandono". *El Espectador*, págs. 1-2. Obtenido de <http://blogs.elespectador.com/actualidad/utopeando/oro-en-abandono>
- Vallerand, R. J., & Loiser, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11(1), 142-169. doi:<https://doi.org/10.1080/10413209908402956>
- Vega, P. J. (2013). *Motivación Para La Practica De Actividad Fisica Y Deportiva*. Diaz De Santos.

10. Apéndice

Apéndice A. Diseño de encuesta



CUESTIONARIO TEST DE FACTORES FISICOS, PSICOLOGICOS, SOCIOLOGICOS Y ECNOMICOS QUE CONDUCEN A LA DESERCIÓN DEPORTIVA EN EL ATLETISMO.

Esta encuesta ha sido adaptada del documento de investigación realizado por Edgar Omar Olmos Galván, Pedro Efraín Peña Andrade titulado “FACTORES QUE INFLUYEN EN LA DESECCIÓN DE ATLETAS MAYORES DE 21 AÑOS EN EL HANDBALL COLIMENSE” (OLMOS & PEÑA, 2009).

NOMBRE DEL ENCUESTADO:

EDAD EN AÑOS:

GENERO: M ☐ F ☐

TIEMPO DE PRÁCTICA DEPORTIVA:

Entre 1 año y 2 años 12 meses ☐

Entre 3 años hasta 4 años 12 meses ☐

Entre 5 años hasta 9 años 12 meses ☐

Más de 10 años ☐

MODALIDAD DEPORTIVA EN EL ATLETISMO:

Carreras de velocidad, medio fondo, ☐

Vallas, relevos, marcha.

Lanzamientos ☐

Salto ☐

Prueba múltiple-combinada ☐

EDAD EN LA QUE ABANDONO:

Entre 16 y 24 años ☐

Entre 25 y 29 años ☐

Entre 30 y 34 años ☐

Entre 35 y 39 años ☐

Seleccione con una X el factor que considere más relevante según la situación vivida para usted en la modalidad deportiva de atletismo y que oblige a su abandono

Respuesta única

1. FACTORES SOCIOLOGICOS POR LOS QUE PUDO ABANDONAR

☐ Falta de tiempo por obligaciones académicas

☐ Conflictos con el grupo de entrenamiento y/o entrenador

- ☐ Escenarios deportivos inadecuados y/o en mal estado
- ☐ Obligaciones laborales, familiares, etc.
- ☐ Cumplimiento de sus expectativas y ciclo deportivo
- ☐ Interés hacia otras actividades (relaciones de pareja, amistades, rumba, alcohol, etc.)
- ☐ No influyo

2. FACTORES PSICOLOGICOS POR LOS QUE PUDO ABANDONAR

- ☐ Desinterés por el entrenamiento y el deporte
- ☐ Motivación por otra modalidad deportiva
- ☐ Falta de motivación y reconocimiento del esfuerzo por parte del entrenador
- ☐ Falta de proyección, logros y metas deportivas
- ☐ Exceso de presión y estrés en entrenamientos y resultados de competencias
- ☐ Falla en el proceso de acompañamiento psicológico y deportivo por parte del instituto de deportes del departamento
- ☐ No influyo

3. FACTORES FISICOS POR LOS QUE PUDO ABANDONAR

- ☐ Bajo rendimiento deportivo
- ☐ Exceso de cansancio deportivo
- ☐ Lesiones deportivas
- ☐ Poca o no existió recuperación del nivel deportivo postlesion
- ☐ Estancamiento del nivel deportivo (poca o nada de mejora)
- ☐ No influyo

4. FACTORES ECONOMICOS POR LOS QUE PUDO ABANDONAR

- ☐ Necesidad de trabajar para gastos propios y/o demás

- ☐ Poca remuneración del deporte practicado
- ☐ Bajo ingreso de ayuda familiar
- ☐ Falta de apoyo económico por parte de los institutos de deportes del departamento (liga de atletismo de Santander, Indersantander)
- ☐ Excesiva demanda económica por parte del deporte
- ☐ No influyo

Apéndice B. Consentimiento informado**MOTIVOS DE DESERCIÓN DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA SANTANDEREANA DE ATLETISMO EN LOS ULTIMOS 10 AÑOS**

Con base en los principios establecidos en la Resolución 008430 del 4 de octubre de 1993 por la cual se establecen las normas para la investigación en salud en Colombia, específicamente en el artículo 15, en lo relacionado con el Consentimiento Informado, usted deberá conocer acerca de esta investigación y aceptar participar en ella si lo considera conveniente.

POR FAVOR LEA DETENIDAMENTE Y HAGA LAS PREGUNTAS QUE DESEE HASTA SU TOTAL COMPRENSIÓN.

Se está realizando la investigación MOTIVOS DE DESERCIÓN DE LOS DEPORTISTAS DE LA LIGA SANTANDEREANA DE ATLETISMO EN LOS ULTIMOS 10 AÑOS, que tiene como objetivo conocer los principales factores que motivan a los deportistas a abandonar la práctica del atletismo y pertenecientes a la Liga Santandereana de Atletismo, esperando que los resultados obtenidos permitan intervenir en estas causas y evitar la deserción de los deportistas.

Es importante resaltar que este trabajo hace parte de un proceso de investigación formativa que ofrece la facultada de Cultura Física Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomas Seccional Bucaramanga al estudiante Nelson Andres Blanco Pilonieta el cual está siendo asesorado por el docente Rubén Darío Pulgarin Araque.

Usted responderá una encuesta donde se exponen diversos ítems clasificados en las dimensiones sociológicas, psicológicas, físicas y económicas que pueden causar la deserción de los deportistas en el atletismo de Santander.

Su participación en este estudio es completamente voluntaria y si decide participar y confirmar el presente consentimiento, este podrá retirarlo en el momento que así lo desee. Además, la información recolectada será usada con fines académicos y ni su nombre ni sus características personales serán publicados de manera individual.

Recuerde que usted puede preguntar y solicitar aclaración en cualquier momento durante el estudio al correo nelsonblanco0407@gmail.com, sobre los procedimientos que se realicen, los riesgos, los beneficios y asuntos relacionados con la investigación. Las evaluaciones no tendrán ningún costo económico para ustedes y tampoco existe alguna remuneración.

Tenga la plena seguridad que la publicación de los resultados se mantendrá en secreto profesional y la identidad de los participantes no será revelada, para lo cual se utilizara información codificada a la cual solo tendrá acceso el investigador.

En caso de cualquier inquietud se puede comunicar con:

Nelson Andres Blanco Pilonieta

Nelsonblanco0407@gmail.com

C.C 1098752722 de Bucaramanga

Celular: 3166263355