

EL DEPORTE, CENTRO DE INTERÉS DEL SER HUMANO: SALUD, CULTURA, CIENCIA, EDUCACIÓN Y OCIO

Vicente Martínez de Haro, Ismael Sanz Arribas y M^a José Álvarez Barrio
Profesores del Departamento de Educación, Física, Deporte y Motricidad Humana. UAM

RESUMEN

Se realiza un ensayo, coloquial y cercano, sobre el deporte como centro de interés del ser humano. Se parte de lo que es el deporte y por qué suscita interés, pasando a hacer un repaso de la representación del deporte en el arte, la literatura, el periodismo, la economía, la ingeniería, psicología, jurisprudencia, medicina o la química. Pasamos a hacer un apunte del deporte en la educación y finalizamos concluyendo que hacer deporte es saludable desde el punto de vista físico, psíquico y social.

En este pequeño ensayo queremos mostrar como una inocente actividad se convierte en uno de los grandes intereses del ser humano. Un pequeño apunte, no exento de humor.

1. EL DEPORTE

El deporte es una actividad netamente humana, aunque su base sea el juego. A diferencia del deporte, el juego es una actividad que el ser humano comparte con muchos animales. Y es una actividad que fundamentalmente produce placer, la mayoría de las veces, y por lo tanto, bienestar. Gracias a ello se convierte en un poderoso centro de interés.

Cagigal, un gran teórico de nuestro deporte, decía que éste era juego, competición, ejercicio y muchas cosas más⁽¹⁾. Afirma que la primera referencia en nuestra literatura respecto al deporte aparece en el Cantar de Mío Cid en el año 1140, el término “deportar”, con el significado de diversión y ejercicio físico. Y a partir de entonces se encuentran referencias en Berenguer de Palol, Alfonso II de Aragón, Gonzalo de Berceo, Cerveri de Girona o Ramón Muntaner y muchos anónimos hasta 1325. Y a partir de aquí, la referencia al término ya se cuenta por miles. No podemos olvidar, ni obviar, una magnífica tesis realizada en nuestra Universidad por Pablo Piernavieja, en 1977, titulada “Corpus de inscripciones deportivas de la España romana”⁽²⁾.

La palabra deporte (depuerto, deport, deportar,..., en lenguas romances), desde sus orígenes significó diversión y ocio⁽¹⁾. Por eso nos dedicamos a ello. Los lingüistas han estudiado el término, las consecuencias de esta actividad en el lenguaje, la poesía, la literatura, el humor o el teatro hasta la actualidad, donde destaca nuestro amigo y filólogo, Jesus Castañón. Es nuestro deber citar su último libro “Hinchas del idioma”, así como su página web y su magnífico boletín “idioma y deporte”^(3, 4). Hasta Olga y Peter Handke, premios Nobel de Literatura de 2019, titularon algunas de sus obras con temas deportivo: Tokarczuk es autora de la novela “*Los corredores*” (2007) y Handke es autor de la obra “El miedo del portero ante el penalty” (1970), declarándose este último seguidor del C.D. Numancia Sí, sí. ¡El de Soria!⁽⁵⁾

Hay deportes para cualquier persona y cualquier edad. Sirva como dato que en España tenemos sesenta y seis federaciones deportivas ⁽⁶⁾ y que en la mayoría de ellas hay múltiples especialidades a las que hay que sumar los deportes no federados y los nuevos deportes. Se advierte que no nos estamos refiriendo a toda la actividad física que puede hacer el ser humano, además del deporte, lo que ampliaría el número de posibilidades. Es muy raro, a los ojos de los especialistas, que alguien nos diga que no le gusta el deporte, en general. Lo normal es que a esa persona no le gusten los deportes socialmente más admirados en su entorno, pero si nos consulta a los profesionales seguro que le encontramos alguno a la medida de sus deseos, capacidades y gustos; y más cuando vivimos en una sociedad en la que se inventan, rehacen y rediseñan nuevas prácticas de actividad física y deportiva para el goce y disfrute de los ciudadanos y ciudadanas de la sociedad actual. Basta para ello, mirar un horario de actividades de cualquier gimnasio o centro deportivo actual. Por cierto, la federación que más licencias tiene es la de fútbol y la que menos es la de polo (esa especie de fútbol a caballo) ⁽⁷⁾.

Ese placer al que nos referíamos antes, el ser humano lo busca fundamentalmente practicando el deporte o viéndolo, de tal manera que al sentirlo y vivirlo, de inmediato se asocian ideas y manifestaciones para vivirlo mejor, con más intensidad y deleitarnos. Así surgen las mejoras técnicas, el análisis de las situaciones, la elaboración de reglamentos, la resolución de problemas, las representaciones artísticas, el canto de las hazañas deportivas, la música acompañante, el mantenimiento de la salud, la viabilidad económica, la transmisión de la información, la arquitectura y accesos al deporte.

2. LA UTILIZACIÓN DEL DEPORTE POR OTRAS ÁREAS

Gallego Morell ⁽⁸⁾ sitúa el inicio del deporte como tema literario con Píndaro (517 a.C.) con sus odas triunfales a los vencedores de los juegos de los diferentes estados griegos, por cierto, traducido por Fray Luis de León. En nuestra Universidad, en 1999, organizamos una semana del libro centrada en una exposición de libros sobre "El ejercicio físico a través de los textos (siglos XVI-XIX)" ⁽⁹⁾.

Quizá ahora, sea oportuno poner el primer verso del poema "A una muchacha haciendo deporte" de Mercedes Saori ⁽⁸⁾ por aquello de los ejemplos:

"Tú eres abril en este otoño puro,
tú eres la repentina primavera,
muchacha en cuyos brazos se dijera
que el mundo es un balón libre y seguro."
[...]

El arte también exaltaba al deportista (obsérvese, hombre) representado en estatuas, o en los dibujos de las ánforas griegas, cuadros de Brueghel o artistas contemporáneos, recreándonos actualmente en las Bienales Internacionales del Deporte en el Arte que, desde 1967, organizaba el Consejo Superior de Deportes. Sin olvidar, el cine y la televisión, en las cuales el deporte ha sido el tema de numerosas películas y documentales. Incluso se guardan y exponen colecciones específicas sobre la práctica deportiva y la representación de la actividad física a lo largo de la historia, a través de instrumentos o elementos propios de la práctica deportiva. Véase como magnífico ejemplo, el museo del Instituto Nacional de Educación Física, espectacular gimnasio traído de Segovia "in extremis" ⁽¹⁰⁾ o algunos de esos bares magníficamente ambientados con elementos deportivos antiguos (esquíes, patines, raquetas, balones, camisetas, trofeos...) donde muchos aficionados al sedentarismo practican la "barra fija" disminuyendo su esperanza de vida.

Qué decir de la arquitectura, desde la construcción de los circos romanos, pasando por las canchas de los juegos de pelota de los incas hasta llegar a los fastuosos estadios de fútbol, béisbol o las ciudades olímpicas que hacen las delicias de arquitectos y usuarios. Recuerde que uno de los edificios más

visitados de Madrid es el Estadio Santiago Bernabéu, sede del Real Madrid C.F. Más de un millón de visitantes al año y el tercer museo más visitado de Madrid, después del Prado y el Reina Sofía.

La psicología disfruta estudiando, analizando y tratando a los deportistas, su entorno y al espectador. Los sociólogos no paran de observar atentamente los fenómenos de masas alrededor del espectáculo ¡Y qué espectáculos! Alucinamos, alucinan, y pasamos a ser tratados por los psicólogos con lo que cerramos el círculo. El caso es darnos trabajo unos a otros, porque en la salud -la buena, ¡claro!- está la clave y sabemos que la práctica de la actividad física y el deporte mejora indiscutiblemente la salud de las personas abarcando todos los ámbitos propios de la persona (psicológico, social y físico) ⁽¹¹⁾.

Y los economistas se frotan las manos, porque les necesitamos para estudiar la mejor manera de obtener recursos, minimizar los gastos y obtener beneficios. Además de los grandes negocios vinculados a ciertos deportes, traspasos de jugadores, el juego y las apuestas, la publicidad y los derechos audiovisuales. También tienen el foco puesto en la economía de la salud ya que se ha demostrado que si la población hace actividad física saludable ahorrará dinero a la sanidad pública, puesto que se gastará menos en enfermedades crónicas, a pesar de incrementarse las lesiones a causa del aumento de la práctica deportiva. En 1996, Ding y cols. ⁽¹²⁾, calcularon que la inactividad física produjo un gasto de 53800 millones de dólares, en el 93,2% de la población mundial, por la morbilidad y mortalidad de las enfermedades crónicas. En 2006, un estudio para Generalitat de Catalunya realizada por Atlas Sport Consulting concluía que por cada euro dedicado a promoción deportiva se ahorran cincuenta euros en atención sanitaria según el modelo analizado.

Los juristas también participan con su sapiencia en la elaboración de reglamentos, normas, administrando justicia y sancionando si fuere necesario. Los jueces y árbitros son necesarios en la mayoría de los deportes. Y hasta hay gente en la cárcel por el deporte (apuestas, dopaje, abusos, imprudencias,...). Damos trabajo hasta al sistema penitenciario. Y luego se cierra otra vez el círculo, también hacemos deporte con los reclusos y reclusas.

Los que no han perdido un momento son los médicos, acompañando siempre a los deportistas y entrenadores, desde el inicio, cerca de los paidotribas, atletas, príncipes, reyes y, ahora, nos tratan a los plebeyos y plebeyas que movemos el esqueleto en estas graciosas actividades, aunque no podemos obviar el intento de los y las “idealistas” que confían en configurar el mejor equipo de trabajo utilizando la “triada mágica” para poder trabajar de forma conjunta en la mejora de los programas de actividad física y deporte. Hablamos del triángulo “amoroso” entre Médicos, Fisioterapeutas y Profesionales de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Los químicos y farmacéuticos, metidos en sus laboratorios, estudiando la mejor manera de doparse, perdón, queríamos decir, luchando contra el dopaje ¡Qué desliz! A lo mejor (o a lo peor) la diferencia la pueden aclarar los economistas.

Los profesionales del periodismo nos lo cuentan todo a través de internet, prensa, radio y televisión. Verdaderos especialistas en la vida social del deporte, en la actualidad económica, en fútbol, en fútbol y en fútbol (profesional) y de vez en cuando se les cuele alguna noticia protagonizada por alguna mujer ¡Bravo por ellas!

Los profesionales de la informática tienen un futuro alentador con el interés del ser humano por la actividad física. Un interés para ¡7000 millones de personas! Ahora con la tecnología 5G por fin podremos tener conocimiento real de la especie humana y proponerle herramientas para todos y desde cualquier parte del mundo. Esperemos ser pioneros desde la UAM porque creemos tener las ideas muy claras.

3. EDUCACIÓN Y DEPORTE

Otra de las grandes contribuciones del deporte a la sociedad, ha sido la inclusión de la asignatura de Educación Física en los currículos de las enseñanzas regladas de primaria y secundaria. En este sentido y a pesar de que la utilidad de esta asignatura ha sido muy cuestionada por una parte de la comunidad educativa, hoy en día, pocos educadores dudan de su imprescindible aportación a la formación integral del ser humano. Algunos de los objetivos más destacables que pueden ser alcanzados a través de la educación física escolar, son la adquisición de hábitos y estilos de vida saludables en la infancia y en la adolescencia. De este modo, la persona podrá consolidar y mantener esos hábitos y estilos de vida a lo largo de toda su existencia.

Quizá la habitual falta de escolarización en nuestros mayores o su menor exposición a la educación física escolar, sea una de las causas por las que muchos de ellos no tienen el hábito o la costumbre de practicar deporte o actividad física. En consecuencia, muchos no se sienten suficientemente motivados para realizar ejercicio físico de forma autónoma o para participar en los programas de actividad física ofertados en sus lugares de residencia. Esta circunstancia es especialmente evidente cuando observamos a mayores que no están dispuestos a iniciarse en un programa de ejercicio físico, ni siquiera cuando el médico se lo prescribe. Posiblemente la habitual falta de experiencias motrices de las personas mayores en su infancia y adolescencia, les privó de la adquisición de hábitos saludables vinculados a la práctica de actividad física y quizá por ello, sean reticentes a iniciarse y/o adherirse al ejercicio físico.

Evidentemente, a pesar de surgir la educación corporal y deportiva en el “gimnasio” y transmitirse con fuerza la educación corporal en la escuela desde la industrialización y la creación de las ciudades, el concepto y la forma de educar han cambiado mucho. Ya no se despeña a los más débiles como se hacía en Esparta. Tampoco en los gimnasios modernos de los centros docentes tenemos instrumentos de tortura (potros para estirar los miembros, cadenas para colgar de los pulgares, garrote vil,...) que hagan revivir en los mayores esa sensación de sufrimiento corporal con la “gimnasia”.

Incluso la Educación Física contribuye a otros aprendizajes a través de ejemplos del deporte. Pensamos sobre las acciones del deporte, se resuelven problemas complejos al hacer deporte, que después vendrá muy bien cuando las personas decidan coger un vehículo y lanzarse a las carreteras ¡Aseguramos que viendo al personal moverse, somos capaces de predecir su habilidad al volante! Aplicamos la física, la biología, las lenguas clásicas (citius, altius, fortius), idiomas (sport, sprint, footing, speed, corner,...), en los centros bilingües, una de las asignaturas que se imparten en inglés es la Educación Física. Redactamos y leemos sobre deporte, hacemos muchos cálculos.

No obstante, resulta paradójico comprobar que las organizaciones internacionales vinculadas a la salud (OMS, ACSM), recomiendan que todas las personas realicen ejercicio físico de intensidad moderada o vigorosa, al menos, tres veces por semana y durante 45 ó 60 minutos por sesión. Por el contrario, la inmensa mayoría de los centros educativos de Primaria y Secundaria Obligatoria, sólo ofrecen a sus alumnos dos sesiones de educación física a la semana, de unos 45 minutos cada una. La cuestión es ¿Cómo se puede pretender que la población realice deporte y actividad física con la frecuencia e intensidad recomendada por la OMS, cuando el sistema educativo no lo promueve ni lo garantiza? Y lo que resulta aún más inconcebible ¿Cómo se puede pretender con cierta garantía de éxito, que alguien empiece a realizar ejercicio físico en la edad adulta, cuando no lo ha hecho en la niñez o la juventud, que son las etapas de la vida en la que se adquieren con mayor facilidad los hábitos y las costumbres que se mantienen a lo largo de toda la vida?

La Educación Física también contribuye al fomento y la promoción de los valores éticos y morales que forman parte del código filosófico del Movimiento Olímpico, presentes en la “Carta Olímpica”. Esta misiva fue redactada por Pierre de Coubertin en 1894 y se ha convertido en un

referente para la creación de una sociedad más justa y humana. Algunas de las ideas y conceptos más destacables que aparecen en este escrito son el “*fair play*” o la creación de “*un estilo de vida basado en la alegría del esfuerzo, el valor educativo del buen ejemplo y el respeto por los principios éticos fundamentales universales*”.

Sin duda alguna, se puede considerar que el deporte es una herramienta excepcional para el desarrollo de los valores morales y éticos que a todos nos gustaría ver reflejados en la sociedad actual. En ese sentido, el deporte favorece la creación vínculos afectivos, la cohesión social y rompe las barreras visibles o invisibles que las clases sociales, las religiones, las nacionalidades, las fronteras o cualquier otro invento que la humanidad haya podido crear. De hecho, no es fácil encontrar un contexto distinto del deporte, en el que personas de diferente cultura, raza, religión o ideología política, puedan llegar a disfrutar de la compañía mutua y ser conscientes de que es mucho más lo que les une, que lo que les separa. Hasta el contexto del deporte olímpico ha evolucionado mucho, con la sociedad, y en general, para bien.

La Educación Física y el deporte también han contribuido considerablemente a la adquisición y desarrollo de la capacidad funcional y la competencia motriz del ser humano. Por lo tanto, la adquisición y desarrollo de estas facetas ha permitido que el ser humano sea capaz de resolver adecuadamente los problemas motrices con los que se ha podido encontrar a lo largo de su existencia. A decir verdad, la supervivencia del ser humano ha estado condicionada durante siglos por la capacidad motriz necesaria para cazar y/o evitar ser cazado. En un contexto más ajustado a nuestra sociedad actual, aún podemos encontrar situaciones en las que la adquisición de competencias motrices, puede llegar a marcar la diferencia entre la vida o la muerte. Un ejemplo claro de lo útil que puede llegar a ser la Educación Física y el Deporte para la supervivencia del ser humano, es la necesidad de aprender a sobrevivir en las tres cuartas partes de la superficie de este planeta, o dicho de otro modo, aprender a nadar.

En este sentido planteamos la siguiente pregunta ¿Qué aprendizaje es más necesario que aquel que te permite sobrevivir? Evidentemente esta es una pregunta retórica. No obstante, la inmensa mayoría de los currículos vigentes en España, no consideran necesario que la población escolar de este país aprenda a nadar. Este hecho resulta todavía más incomprensible, cuando se sabe que desde el 1 de enero de 2015, hasta 31 de diciembre de 2018, en España han fallecido accidentalmente un total de 2053 personas en el medio acuático y en lo que va de 2019, se han ahogado 412 personas ⁽¹³⁾. Quizá este sea uno de los muchos retos que tiene por delante esta área de conocimiento.

4. EL FUTURO

La perspectiva futura es alentadora, los hombres y mujeres de mediana edad, ya con la prole criadita, se lanzan como poseos a hacer “deporte”, con lo que en el futuro nos ahorraremos sus pensiones (habrán fallecido) y aquellos que hagan “actividad física saludable” van a reducir el gasto sanitario y hacen buenas y nuevas relaciones sociales. Los abuelos, abuelas, papás y mamás actuales también, en nuestra mayoría, estamos tratando de fomentar la actividad física aunque tenemos que reconocer que a veces se cumple el dicho de que en casa del herrero, “cuchara de palo”.

En el futuro creemos los profesionales que la “actividad física” y no solo el “deporte” será popular y centro de atención. Y si reconducimos adecuadamente el tema seguirá produciendo salud y con ello, placer y alegría.

¿Queréis lograrlo? Consultadnos a los profesionales, estamos aquí mismo y formamos a los nuevos, aquí en la UAM... Eso sí, hay que ser especialista en obstáculos y pértiga para entrar en los edificios. Y de verdad, el profesorado y alumnado de nuestro grado, pensamos, reflexionamos, leemos, estudiamos, investigamos y aunque no lo crean muchos, seguimos moviéndonos. Lo del placer y la salud nos gusta. Toda una declaración de intenciones.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Cagigal, J.M. (1971): Ocio y deporte en nuestro tiempo. *Citius, Altius, Fortius*; XIII:79-199.
2. Piernavieja, P. (1977): *Corpus de inscripciones deportivas de la España romana*. Madrid: Instituto Nacional de Educación Física.
3. Castañón Rodríguez, J. (2018): *Hinchas del deporte. El fútbol como fenómeno lingüístico*. Madrid: Pie de página.
4. Castañón Rodríguez, J. (1999): *Idioma y deporte*. Valladolid: Jalón Imagen S.L.; 1999 [cited 2019]; Available from: <https://www.idiomaydeporte.com/>.
5. SportYou. *La conexión de Peter Handke, Premio Nobel de Literatura, con el CD Numancia*. 20 Minutos. 2019.
6. Consejo Superior de Deportes. *Federaciones Deportivas Españolas*. Madrid: Consejo Superior de Deportes; 2019; Available from: <https://www.csd.gob.es/es/federaciones-y-asociaciones/federaciones-deportivas-espanolas/federaciones-espanolas>.
7. CSD. *Memoria 2018/Licencias: Histórico 1941-2018*. Madrid: CSD; 2019 [cited 2019]; Available from: <https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2019-07/Historico%20licencias%20%28actualizado%202018%29.pdf>.
8. Gallego Morell, A. (1969): *Literatura de tema deportivo*. Madrid: Prensa Española.
9. Martínez de Haro, V. (1999): *Catálogo de la exposición "El ejercicio físico a través de los textos (siglos XVI-XIX)"*. Madrid: Comunidad de Madrid.
10. Universidad Politécnica de Madrid (2019): *Museo del INEF*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid; [cited 2019]; Available from: <https://www.upm.es/UPM/MuseosUPM/MuseoINEF>.
11. Martínez de Haro, V.; Pareja Galeano, H.; Álvarez Barrio, M.J.; del Campo Vecino, J.; Cid Yagüe, L.; Muñoa Blas, J.; et al. (2009): The "health cube": Its development and application to physical activity. In: González-Gross, M.; Cañada, D.; Valtueña, J.; Albers, U.; Benito, P.J. editors. (2009): *Physical Activity and Health Education in European Schools*. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid; p. 194-6.
12. Ding, D.; Lawson, K.D.; Kolbe-Alexander, T.L.; Finkelstein, E.A.; Katzmarzyk, P.T.; van Mechelen, W., et al. (2016): The economic burden of physical inactivity: A global analysis of major non-communicable diseases. *The Lancet*; 388(10051):1311-24.
13. Real Federación Española de Salvamento y Socorrismo. *Informe Nacional de Ahogamientos. Muertes por ahogamiento en los espacios acuáticos españoles. Periodo 2015-2019*. Available from: <https://rfess.es/wp-content/uploads/2019/05/ESTUDIO-MUERTES-POR-AHOGAMIENTO-EN-LOS-ESPACIOS-ACUATICOS-ESPANOLES-PERIODO-2015-2018-.pdf>.