

¿QUÉ PROMUEVEN LOS ENCUENTROS DEPORTIVOS? CONDUCTAS DE RIESGO Y COMPORTAMIENTOS SALUDABLES.¹

Hernán García-Cortés, Fanny Trujillo-Mendoza, Tania Alfaro-Flores y Jorge Everardo Aguilar-Morales

Asociación Oaxaqueña de Psicología A. C.
Centro Regional de Investigación en Psicología
México

Resumen: La promoción de la salud incluye el diseño de escenarios que faciliten la emisión de comportamientos saludables. Paradójicamente los políticos han utilizado al deporte como una estrategia para combatir la delincuencia y las adicciones y una forma muy simple de buscar el desarrollo integral del estudiante. A diferencia de otros países en donde los campeonatos escolares forman parte de la historia y tradición universitaria, en México los encuentros deportivos interuniversitarios tiene una historia breve. Con el objetivo de determinar el grado en que los encuentros deportivos facilitan la aparición de comportamientos saludables o conductas de riesgo se aplicó una encuesta de 15 reactivos cerrados, que evaluaba la presencia de estos comportamientos, a todos los estudiantes de una universidad privada que formaron parte de la delegación que acudió a un encuentro deportivo realizado en el sur del país. Los resultados nos indican la alta prevalencia de conductas de riesgo en este tipo de eventos: consumo de sustancias, prácticas nutricionales inadecuadas, falta de entrenamiento, sexo sin protección, etc. así como fallas en planeación y supervisión de dichas actividades deportivas. Se sugieren procedimientos generales para evitar tales comportamientos y la implementación de un sistema efectivo de administración del deporte universitario.

Palabras clave: jóvenes, salud, comportamientos de riesgo.

La promoción de la salud mental requiere de la instrumentación y evaluación sistemática de las políticas públicas. Las buenas intenciones no son suficientes. La historia de la medicina esta llena de ejemplos lamentables de políticas equivocadas con consecuencias imprevistas. La promoción del suero oral como única alternativa para evitar la muerte de niños con deshidratación ha eliminado prácticas tradicionales saludables y ha hecho que miles de niños mueran esperando el suero oral cuando hubieran podido utilizar recursos que las comunidades poseían antes de la implementación de dichas políticas.

La demanda de políticas públicas diseñadas a partir de intervenciones profesionales es cada vez mayor, la organización mundial de la salud ha propuesto

una serie de recomendaciones en el diseño de estas políticas: a) la elaboración de un presupuesto diferenciado del programa de salud en el que se especifique claramente lo destinado a la salud mental; b) el establecimiento de una política estatal en el que claramente se señale este campo como prioritario; c) diseñar una legislación y regulación de todo lo concerniente a la prevención y tratamiento de las enfermedades mentales; d) cumplimiento de la tarea ya planteada desde el 2000 por el programa nacional de acción en salud mental en el que se establecía que cada estado debería de contar con su propio programa de acción;

¹ Trabajo presentado en el XIII Congreso Mexicano de Psicología organizado por la Sociedad Mexicana de Psicología en octubre del 2005.

e) desarrollar un programa intensivo de promoción de la salud mental destinado a la población en general para la enseñanza de estilos de vida saludables y de habilidades específicas para enfrentar las situaciones de riesgo existentes; f) extender la cobertura de los servicios de salud mental; g) abandonar la política de suplir las carencias de personal con prestadores de servicio social mal formados y sin supervisión, así como priorizar la contratación de personal especializado; h) diseñar un programa de capacitación para el personal del primer nivel de atención, de igual manera entrenar al personal en herramientas terapéuticas cognitivo conductuales, las únicas que cuentan con sustento experimental que avala su utilidad; i) modificar el organigrama de la dependencia estatal encargada de la salud, para incluir un área con autoridad para tomar decisiones; j) eliminar la política actual que privilegia la atención institucional y medicalizada de los pacientes psiquiátricos, es decir la reclusión en hospitales; k) asegurarse que existan suficientes medicamentos para quienes en realidad requieran un tratamiento farmacológico; l) diseñar un programa de reducción de la discriminación y estigma de los enfermos mentales; m) realizar un estudio epidemiológico serio sobre la prevalencia de trastornos del comportamiento en la población y finalmente n) responsabilizarse con seriedad de vigilar las características con las que se están formando en nuestro estado los recursos humanos especialistas en la atención de la salud mental y el ejercicio profesional en la práctica privada.

La promoción de la salud requiere de la planeación de los eventos que anteceden y siguen a la conducta (Costa y López, 1985). La ocasión para la acción, los antecedentes motivantes sociales y verbales (pobreza e ideología) las condiciones estructurales (el acceso a las drogas o sustancias tóxicas), las consecuencias efectivas o inefectivas (la pobre aplicación de la justicia) y los efectos colaterales de la conducta, son los factores relacionados con la emisión de comportamientos que deben ser modificados. (Mattaini, 2003)

Niños y jóvenes aprenden a ser delincuentes, a presentar comportamientos de riesgo o a comportarse saludablemente en tres

escenarios frecuentes: el hogar, la escuela y el grupo de amigos. Evitar el efecto de los factores causales de estos comportamientos no saludables en estos ambientes, sin duda es de principal importancia.

La prevención sin embargo no se refiere a intervenciones verbales sino a la modificación de escenarios, sobre todo el hogar y la escuela. Existe evidencia de que cuando se interviene en el grupo de amigos los resultados pueden ser contraproducentes (Dishion, McCord y Poulin, 1999). Sin embargo la gran mayoría de las intervenciones siguen siendo de carácter informativo, se piensa que con una conferencia que muestre el tipo de sustancias psicoactivas que existen los jóvenes no consumirán drogas y las clases de catequismos son una práctica común en los consejos de tutela a pesar de su efecto iatrogénico.

Las decisiones de que programas y con que presupuestos, serán instrumentados en una entidad, es una decisión política y son funcionarios públicos o gerentes administrativos quienes deciden las acciones a realizar.

Una creencia común es que el deporte contribuye a prevenir la delincuencia. Los políticos apoyados en el mito toman como estrategia para la prevención de la delincuencia el apoyo a las actividades deportivas.

A diferencia de otros países en donde los campeonatos escolares forman parte de la historia y tradición universitaria, y son un peldaño básico del deporte profesional, en México la generalización de los encuentros deportivos interuniversitarios tiene una historia breve. Las instituciones educativas han comprendido que los resultados exitosos en estas actividades benefician la imagen institucional.

Nosotros consideramos en cambio que la realización de encuentros deportivos puede ser un escenario para la emisión no de comportamientos saludables sino de comportamientos de riesgo.

En este documento reportamos los resultados de un estudio que realizamos con el propósito de identificar los comportamientos de riesgo que se emiten durante los encuentros deportivos.

Método

Sujetos

Estudiantes de una universidad privada que formaron parte de la delegación que acudió a un encuentro deportivo realizado en el sur del país.

Materiales

Se utilizó una encuesta de 15 reactivos cerrados, que evaluaba la presencia de comportamientos de riesgo.

Tipo de estudio

Tomando como referencia el registro de quienes participaron en el encuentro deportivo se aplicó de manera individual la encuesta utilizada.

Resultados

La Tabla 1 muestra los promedios obtenidos en cada uno de los reactivos evaluados.

COMPORTAMIENTO	%
Que porcentaje consume una dieta inadecuada para su actividad deportiva	81
Que porcentaje de los que asistieron no entrenan realmente de manera constante	62
Que porcentaje bebieron alcohol durante los traslados	58
Que porcentaje no alcanzó las metas que se trazaron	54
Que porcentaje se desvelaron un día antes de un juego	54
Que porcentaje bebieron alcohol al menos una vez durante el encuentro	49
Que porcentaje consideras que jugaron al menos un partido después de beber o todavía bajo efecto de alguna droga	36
Que porcentaje cuestionario la legalidad de los eventos	39
Que porcentaje se comportaron de manera indisciplinada durante el evento	27
Que porcentaje tuvieron un conflicto o pelea durante el encuentro	12
Que porcentaje tuvieron una lesión o fractura	9
Que porcentaje jugaron a pesar de tener un problema médico	9
Que porcentaje consumen algún tipo de medicamento autorecetado	7
Que porcentaje tuvieron encuentros sexuales no seguros (sin protección)	7
Que porcentaje consumieron algún tipo de droga durante el encuentro	7

Discusión y conclusiones

Consideramos que los encuentros deportivos son un escenario para la aparición no de comportamientos saludables sino para la aparición de comportamientos de riesgo cuando no de conductas delictivas.

La política de promover el deporte competitivo como la conducta alternativa al consumo de sustancias psicoactivas y a la delincuencia puede ser una política equivocada. Es conveniente evaluar lo que sucede en otros eventos de este tipo y en diferentes niveles educativos.

Las autoridades universitarias deberían tomar cartas en el asunto y asegurar que estos eventos sean realmente deportivos. Entrenamientos sistemáticos, dietas adecuadas, metas claras, programas de trabajo, valoraciones médicas, etc, son necesarias para asegurar la salud de los estudiantes.

Referencias:

- Dishion, T. J., McCord, J. y Poulin, F. (1999) When interventions harm: peer groups and problem behavior. *American Psychologist*, Vol.54, No.9, 755-764

**www.
conductitlan.
net**



**Una ventana digital de
la ciencia de la
conducta.**

**Asociación
Oaxaqueña de
Psicología A.C.**