

Acciones para el tratamiento a la salud y educación sexual del atleta

Actions for the treatment to the athlete's health and sexual education

M.Sc. María Regla Aballí Candelario. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, Facultad 1, Departamento de Ciencias Básicas

mariaac@uccfd.cu

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7867-3964>

Dr.C Ariel Díaz Labrada. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, Facultad 1, Departamento de Educación Física

diazlabradaariel@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2664-048X>

Cedric Coley Sánchez. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”, Carrera de Licenciatura en Ciencias de la Cultura Física y el Deporte

cedriccoley00@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6647-3693>

Recibido: febrero 2021

Aprobado: abril 2021

RESUMEN

La necesidad de preservar la salud del atleta en la Escuela de Formación de Atletas de alto Rendimiento (ESFAAR) “Giraldo Córdova Cardín”, indujo a un estudio exploratorio sobre el comportamiento sexual de un grupo de atletas de la alta competición. Los resultados obtenidos mediante las indagaciones teóricas y empíricas permitieron la identificación de problemas sobre sexualidad en los atletas mediante diferentes métodos. El análisis documental, facilitó el estudio

ABSTRACT

The need to preserve the athlete's health at the Giraldo Córdova Cardín High Performance Athletes Training School (ESFAAR) led to an exploratory study on the sexual behavior of a group of high-level athletes. The results obtained through the theoretical and empirical inquiries allowed the identification of problems about sexuality in the athletes through different methods. The documentary analysis facilitated the study of normative documents to inquire about the

de documentos normativos para indagar sobre las orientaciones metodológicas dirigidas a la tarea educativa sobre sexualidad, la encuesta, para identificar problemas en el comportamiento sexual y el análisis – sintético, facilitó los conocimientos para el diseño de la propuesta para el tratamiento a la sexualidad de los atletas en correspondencias con los problemas detectados, perspicacia que favorece el progreso en el comportamiento sexual de los atletas y su dedicación al entrenamiento deportivo. Como resultado de la investigación se proponen acciones para estructurar la educación de la sexualidad del atleta que tribute a su preparación integral, al enriquecimiento de su personalidad y a su salud sexual y reproductiva.

Palabras clave: Atletas, sexualidad, salud sexual, salud reproductiva y necesidades educativas.

methodological orientations directed to the educational task on sexuality, the survey, to identify problems in sexual behavior and the synthetic analysis, provided the knowledge for the design of the proposal for the treatment of the athletes 'sexuality in correspondence with the detected problems, insight that favors the progress in the athletes' sexual behavior and their dedication to sports training. As a result of the research, actions are proposed to structure the athlete's sexuality education that pays tribute to their comprehensive preparation, the enrichment of their personality and their sexual and reproductive health.

Keywords: Athletes, sexuality, sexual health, reproductive health, and educational needs.

INTRODUCCIÓN

En la época contemporánea la iniciación en las relaciones de pareja y noviazgos convivientes se realiza a edades más tempranas, sin tener una preparación para regular y auto regular su comportamiento. Adolescentes y jóvenes atletas, manifiestan su experiencia acumulada combinada de mitos, tabúes, creencias y formas de conductas que han influido en su formación. Esas experiencias no les permiten tener una valoración del comportamiento de riesgo, manifestada en la no protección durante las relaciones sexuales, los cambios frecuentes de pareja y embarazos no planificados, que pueden afectar sus proyecciones futuras.

A pesar de las investigaciones realizadas en el campo de la sexualidad en la (ESFAAR) "Giraldo Córdova Cardín", que han servido como tema de debate entre los profesionales y se evidencian la visibilidad de los progresos científicos en los programas de la salud, se mantiene en determinados grupos, comportamientos que

quebrantan la salud sexual de la población, por lo tanto, como resultado del estudio se proponen acciones para estructurar el proceso educativo dirigido a la sexualidad del atleta. Se propone como objetivo la implementación de acciones para la contribución a la educación y la salud sexual del atleta.

DESARROLLO

En la indagación empírica, de una población de 227 atletas se seleccionan 93 deportistas de forma aleatoria simple, que representa el 40, 9%, con las edades comprendida entre 16 y 18 años, 48 del sexo masculino y 45 del sexo femenino, con el propósito de diagnosticar las necesidades educativas de los atletas en términos de la sexualidad, que requieren de un tratamiento. Los resultados fueron los siguientes:

- Algunos han iniciado en edades muy tempranas sus relaciones de pareja y noviazgos convivientes.
- El cambio frecuente de pareja sin responsabilidad, el embarazo en la adolescencia y el parto no planificado son problemas que han afectado la permanencia en la carrera deportiva en ambos sexos, es el sexo femenino el más perjudicado.
- Existen mitos y tabúes sobre las influencias negativas de las relaciones de pareja en el desarrollo de las capacidades para asimilar largas jornadas de entrenamientos.
- En algunos casos el comportamiento sexual atenta contra el régimen de entrenamiento deportivo.
- Los atletas manifiestan deficiencias estructurales para obtener información sobre la sexualidad.

Estos hallazgos evidencian la necesidad de un trabajo educativo dirigido a lograr un deportista capaz de encontrar alternativas encaminadas a promover un mejor enfrentamiento de los conflictos y preocupaciones que se generan alrededor del tema de la sexualidad, pues el comportamiento observado no se encuentra en correspondencia con las exigencias que se derivan de la preparación deportiva, lo que ejerce influencia en la estabilidad de la efectividad del entrenamiento deportivo.

La iniciación temprana de relaciones de pareja y noviazgos convivientes genera conflictos que atentan al bienestar del atleta para su desempeño por la falta de preparación para regular y auto regular su comportamiento. Propicia el cambio frecuente de pareja sin responsabilidad, el embarazo en la adolescencia y el parto no planificado, que son problemas que han afectado la permanencia en la carrera deportiva en ambos sexos y es el sexo femenino el más perjudicado.

La existencia de mitos y tabúes sobre las influencias negativas de las relaciones de pareja en el desarrollo de las capacidades para asimilar largas jornadas de entrenamientos, propicia un comportamiento sexual que infringe el régimen de entrenamiento y descanso, aspecto importante para la efectividad.

En el estudio se valora las orientaciones metodológicas que aparecen en los programas de preparación integral del deportista respecto a la educación de la sexualidad.

En la revisión documental se examinó los siguientes documentos:

1. Programa de enseñanza para la formación básica del futbolista. (2011)
2. Programa de preparación del deportista. Esgrima. Taekwondo. (2009).
3. Programa de preparación del deportista. Boxeo. Judo. (2009).
4. Programa de preparación del deportista. Raquetball. Bádminton. Pelota Vasca. Tenis de Mesa. Tenis de Campo. (2010).
5. Programa de preparación del deportista. Baloncesto. Balonmano. (2009).
6. Programa Integral de Preparación del Deportista. Lucha. (2013- 2016)
7. Programa Integral de Preparación del Deportista. Dirección de Alto Rendimiento. Polo Acuático. (2013- 2016).
8. Programa Integral de Preparación del Deportista. Baloncesto. (2013-2016).
9. Programa Integral de Preparación del Deportista. Boxeo. (2013).
10. Programa de Preparación del Deportista. Natación. (2012-2016).
11. Programa de Preparación integral del Deportista. Taekwondo. (2013).
12. Programa Integral de Preparación del Deportista. Gimnasia Rítmica. (2013- 2016).

13. Programa Integral de Preparación del Deportista. Atletismo (Medio Fondo, Fondo, Caminata). (2013).
14. Programa Integral de Preparación del Deportista. Pentatlón Moderno. (2013 – 2016).
15. Programa Integral de Preparación del Deportista. Asociación de Fútbol de Cuba. (2013-2016).
16. Programa Integral de Preparación del Deportista. Ajedrez. (2013).
17. Programa Integral de Preparación del Deportista. Área de Salto. (2013).
18. Programa de Preparación del Deportista. Ciclismo. (2013-2016).
19. Programa de Preparación Integral del Deportista. Clavados. (2013).
20. Programa Integral de Preparación del Deportista. Tiro con Arco. (2013).
21. Programa Integral de Preparación del Deportista. Karate Do. (2013).
22. Programa Integral de Preparación del Deportista. Nado Sincronizado. (2013-2016).
23. Programa de preparación integral del deportista. Área lanzamiento. (2013).

Se identificó que en los programas existen objetivos y orientaciones metodológicas que tributan a la formación integral del deportista, dirigida al tratamiento de la educación sexual, aspecto integrado al trabajo educativo, con deficiencias en los procedimientos para tales funciones y se orienta la elaboración de acciones por decisión de los entrenadores deportivos según la experiencia profesional.

Las orientaciones metodológicas de los programas promueven al desarrollo de una correcta conducta sexual, con insuficiencias en la dirección de su tratamiento. Se considera que no se especifican procedimientos para:

- El desarrollo de acciones para solucionar problemas que puedan afectar la educación de la sexualidad de los atletas.
- El trabajo paralelo entre la búsqueda del máximo rendimiento de los atletas y el control de los factores medio ambientales que puedan afectar su bienestar.
- La exploración sobre las necesidades específicas de cada atleta en término de la salud reproductiva y la salud sexual, su control y tratamiento.

- La toma de decisiones para garantizar la responsabilidad de los atletas en su comportamiento sexual.
- El cuidado y la prevención de la salud de los atletas de forma general.
- La observación de aquellos factores que puedan propiciar el estrés.
- La planificación de actividades encaminadas a ampliar la cultura en salud.

La información de la encuesta arrojó que se programan actividades de orientación sexual para los atletas, como un contenido propio del personal del CENESEX en coordinación con la institución y se imparten temáticas sobre las ITS y su prevención. Existen disyuntivas para: la exploración en la necesidad educativa de la sexualidad en los atletas y el análisis de las insuficiencias para enmendar el trabajo educativo que preocupa a toda la sociedad y en especial a la comunidad deportiva.

Como resultado del estudio se proponen acciones para el tratamiento a la educación de la sexualidad de los atletas en correspondencias con los problemas detectados desde la preparación integral deportiva, sustentado en los resultados de la indagación empírica y la precisión inicial.

Acción 1. Identificación de las necesidades educativas en término de la sexualidad de los atletas.

Método: elaboración conjunta

Procedimientos: diagnóstico dirigido a la salud sexual y reproductiva del atleta.

Participantes: personal del departamento de formación integral, colectivo entrenadores deportivos.

Responsable: departamento de formación integral, colectivo de entrenadores deportivos.

Temporalidad: corto plazo

Acción 2. Determinar los contenidos a tratar con los atletas en la labor educativa según los resultados del diagnóstico.

Método: elaboración conjunta

Procedimiento: análisis de la información obtenida en la fase del diagnóstico.

Participantes: personal del departamento de formación integral, colectivo entrenadores deportivos.

Temporalidad: corto plazo

Acción 3. Planificación de actividades dirigida a la salud sexual y reproductiva del atleta, teniendo como base los resultados del diagnóstico.

Procedimientos: análisis de los resultados obtenidos sobre la sexualidad del grupo de atleta.

Participantes: colectivo de entrenadores deportivos y personal del departamento de formación integral.

Responsable: entrenadores deportivos y personal del departamento de formación integral

Temporalidad: corto plazo

Acción 4. Selección de los recursos materiales y humanos para en desarrollo de las actividades educativas sobre sexualidad con los atletas.

Métodos y técnicas: elaboración conjunta

Procedimiento: gestión de los recursos materiales y humanos necesarios: especialistas, medios técnicos, medios didácticos y locales

Participantes: colectivo de entrenadores deportivos y personal del departamento de formación integral, coordinador y especialistas sobre el tema.

Responsable: entrenadores deportivos y personal del departamento de formación integral y el coordinador.

Temporalidad: mediano plazo

Acción 5. Ejecución de las actividades para la educación de la sexualidad.

Métodos y técnicas: elaboración conjunta

Procedimiento: desarrollo de las actividades para la preparación en la educación de la sexualidad.

Participantes: coordinador, colectivo de entrenadores deportivos, personal del departamento de formación integral y especialistas sobre el tema.

Responsable: coordinador, entrenadores deportivos y personal del departamento de formación integral.

Temporalidad: largo plazo

La sexualidad sana, organiza la vida del atleta y contribuye al enriquecimiento de las acciones en la búsqueda de resultados, con la prioridad del cumplimiento del horario de entrenamiento deportivo y descanso. De la misma forma, sensibiliza en la búsqueda de los resultados en el desempeño,

La educación de la sexualidad tiene dentro de sus objetivos la búsqueda del bienestar psicológico del atleta, con el mismo, desde el hogar, en las relaciones entre los miembros de la familia y en las estrategias entre la familia - el entrenador deportivo – la institución.

En la educación de cada atleta, incide el sistema de influencias socioculturales que ha rodeado su formación colocándolo en el centro como protagonista de su actividad y del aprendizaje social en valores que le viabiliza su preparación para la vida, con los recursos de la personalidad que beneficia la toma de soluciones a las diversas contrariedades que se presentan y la realización como persona, lo familiar y lo social.

Por lo tanto, es importante señalar que no solo el accionar de la familia, de la escuela, de la sociedad y del propio sujeto, pueda influir en la educación de su sexualidad, es el resultado de la labor de un equipo multidisciplinario que incide en su formación, que percibe esa educación, las necesidades de una sexualidad responsable desde la adolescencia y que a su vez debe formar parte de su formación integral.

Es indiscutible que los adolescentes y jóvenes con mayor preparación tienen elevada capacidad en el cuidado de su vida sexual, son más capaces de negociar la forma de

conducirla, protegerla y de decidir cuándo y con quién mantener relaciones de pareja, y garantizar el uso de algún anticonceptivo. Una adecuada educación influye de forma positiva en la autoestima y hace que los adolescentes y jóvenes reclamen su respeto en el colectivo, institución y en la sociedad. Las deficiencias en la educación de la sexualidad, propicia que se debilite las potencialidades del contexto social y proliferen privaciones educativas en el comportamiento sexual del atleta, que surjan: comportamientos indignos, ilegales, lagunas en el cuidado de la salud, dispersiones en las vías de obtener información e insuficiencias en la experimentación de acciones para sus soluciones.

CONCLUSIONES

La educación de la sexualidad es un proceso de formación y desarrollo de la capacidad de proyectar la personalidad en su dimensión sexual, sus formas de vivirla y sentirla en el contexto social donde el atleta se desempeña y se comunica con las personas de ambos sexos a lo largo de su vida. Además, ha sido la preocupación de los mismos desde la perspectiva de comprenderla como un hecho universal de vida.

El diseño de las acciones que se sugieren para el tratamiento a la educación de la sexualidad de los atletas, guardar cierta relación con los aspectos alternados en el marco en que se desarrollan los atletas, las cuales no están circunscritas a disciplinas o asignaturas en específico.

REFERENCIAS

- Charchabal P., y R. B. (2011). Programa de enseñanza para la formación básica del futbolista. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana. Cuba.
- Charchabal, P. D., et al. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Federación Cubana de Baloncesto.
- Colectivo de Autores. (2009). Programa de preparación del deportista. Esgrima. Taekwondo. Editorial Deporte. Ciudad de la Habana. Cuba.
- Colectivo de Autores. (2009). Programa de preparación del deportista. Boxeo. Judo. Editorial Deporte. Ciudad de la Habana. Cuba.

- Colectivo de Autores. (2010). Programa de preparación del deportista. Raquetball. Bádminton. Pelota Vasca. Tenis de Mesa. Tenis de Campo. Editorial Deportes. Ciudad de la Habana. Cuba.
- Colectivo de Autores. (2009). Programa de preparación del deportista. Baloncesto. Balonmano. Editorial Deporte. Ciudad de la Habana. Cuba.
- Colectivo de autores. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Lucha.
- Comisión Nacional de Polo Acuático. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Dirección de Alto Rendimiento.
- Domínguez, G. J., et al. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Federación Cubana de Boxeo. Comisión Nacional de Boxeo.
- Falcón, C. R., et al. (2016). 2012-2016 Programa de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Natación.
- Fernández, F. R., et al. (2013). Programa de Preparación integral del Deportista. Federación Cubana de Taekwondo.
- Llisástigui, A. M., et al. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Gimnasia Rítmica.
- Mac Beath, I. R. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Federación Cubana de Atletismo. Atletismo, Medio Fondo, Fondo, Caminata. Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo Rivero”
- Mayorquín, B. D., et al. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Comisión Nacional Pentatlón Moderno. Federación Cubana de Pentatlón Moderno.
- Pérez, F. A., et al. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Asociación de Fútbol de Cuba.
- Rivero, G. C., et al. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Ajedrez.
- Romero, F. E., et al. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Área de Salto.
- Ruiz, M. H., et al. (2016). 2013-2016 Programa de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Ciclismo.

- Ruiz, P. R., et al. (2013). Programa de Preparación Integral del Deportista. Clavados.
- Sánchez, A. A., et al. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Tiro con Arco.
- Sánchez, N. I., et al. (2013). Programa Integral de Preparación del Deportista. Karate Do. República de Cuba.
- Simón, S. A., et al. (2016). 2013-2016 Programa Integral de Preparación del Deportista. Comisión Nacional de Nado Sincronizado.
- Villanueva M. H., et al. (2013). Programa de preparación integral del deportista. Área lanzamiento. Federación Cubana de Atletismo. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”