

## Deporte municipal y líderes comunitarios para incrementar la práctica del ejercicio y deporte en Apodaca

### Municipal sports and community leaders to increase the practice of exercise and sport in Apodaca

Rogelio Peña Salinas<sup>1</sup> y Francisco Daniel Espino Verdugo<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universidad Autónoma de Nuevo León, Facultad de Organización Deportiva

*\*Autor de correspondencia: Rogelio Peña Salinas, rogerpsalinas@gmail.com*

#### Resumen

La promoción deportiva generada en los municipios es determinada por la administración municipal en conjunto con clubes privados y asociaciones deportivas, el primero con un enfoque social y los siguientes, creados con fines competitivos. Los municipios, son fundamentalmente los principales protagonistas del fenómeno deportivo en las localidades mexicanas, atienden la demanda creciente de una sociedad que reclama la necesidad de realizar ejercicio físico y deporte con fines muy variados. Este es un estudio cuantitativo y descriptivo, cuyo objetivo es generar información estadística que permita conocer el estado actual de los niveles de ejercicio físico y deporte. Se encuestaron de manera aleatoria un total de 69 personas mayores de 18 años que viven en Pueblo Nuevo IV sector en el Municipio de Apodaca, 20 hombres y 49 mujeres. Para la recolección de datos se utilizó el formato de Encuesta del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico 2013 (MOPRADEF). Los resultados nos muestran que el 47% no realiza ejercicio físico ni deporte, sin embargo, el 98% de este segmento, manifiesta que tiene el deseo de comenzar a realizarlo. Mientras que del 53% que sí realiza ejercicio físico, el 89% lo realiza en espacios públicos, pero carecen de un líder que sirva de motivación para mantenerse activos. Concluimos que los niveles de ejercicio en este sector, son similares a la media mundial, por lo que el desarrollar líderes comunitarios que apoyen la implementación de actividades deportivas municipales, será clave para incrementar la

práctica del ejercicio físico y deporte en nuestro municipio.

**Palabras clave:** Municipio, Líder, comunidad, Mopradef.

#### Abstract

The sports promotion generated in the municipalities is determined by the municipal administration in conjunction with private clubs and sports associations, the first with a social focus and the following, created for competitive purposes. The municipalities, are fundamentally the main protagonists of the sports phenomenon in the Mexican localities, attend the growing demand of a society that claims the need to perform physical exercise and sport with very varied purposes. This is a quantitative and descriptive study, whose objective is to generate statistical information that allows to know the current state of the levels of physical exercise and sport. A total of 70 people over 18 years of age living in Pueblo Nuevo IV sector in the Municipality of Apodaca, 21 men and 49 women, were randomly surveyed. For data collection, the Survey format of the Sports Practice and Physical Exercise Module 2013 (MOPRADEF) was used. The results show us that 47% do not perform physical exercise or sport, however, 98% of this segment, states that they have the desire to start doing it. While 53% do physical exercise, 89% do it in public spaces, but lack a leader who serves as motivation to stay active. We conclude that the levels of exercise in this sector are similar to the world average, so developing community leaders who support the implementation of municipal sports activities will be key to increasing the practice of

physical exercise and sport in our municipality.

**Key words:** Municipality, Leader, community, MopradeF.

### Introducción

La práctica de la actividad física y el deporte es tan antigua como la humanidad. Desde sus inicios donde predominaba un fin utilitario, ha ido evolucionando con el paso del tiempo conforme a los avances de la sociedad (Chiva, 2014) para ofrecer un abanico de posibilidades acorde a la demanda exigida por los ciudadanos. Desde principios del siglo XIX el deporte comienza a popularizarse y a ser practicado cada vez por un mayor número de personas hasta llegar a los extremos de profesionalizarse, fervor popular y éxito de hoy en día, mostrándose como uno de los fenómenos sociales y culturales actuales más importantes. (Muñoz, 2004)

El progreso tecnológico, como una tendencia general en los países desarrollados y en vías de desarrollo, ha alterado los hábitos sociales y físicos, generando un aumento de la inactividad física con impacto en la salud de la población; y con esto surgiendo las denominadas enfermedades hipo-cinéticas, las cuales son causadas por la falta de movimiento, tales como: hipertensión, enfermedades coronarias, obesidad y trastornos musculoesqueléticos. (MopradeF, INEGI, 2015)

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2010) señala que la inactividad física es el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante en todo el mundo y que su aumento en muchos países, ha influido considerablemente en el incremento de enfermedades no transmisibles y en la salud general de la población mundial. Por ello, con la finalidad de prevenir enfermedades vinculadas a inactividad física y procurar la adquisición de hábitos que favorezcan un estilo de vida idóneo en la población, las

autoridades en materia de salud pública consideran la promoción del ejercicio físico y deporte como uno de los objetivos prioritarios.

Al ejercicio físico y deporte se le atribuye un gran número de efectos favorables para la salud, mejora la esperanza y calidad de vida, disminuye el riesgo de enfermedades crónicas, coronarias y de muerte súbita, así como beneficios para el bienestar mental y disminución del estrés laboral. (OMS, 2010). Para autores como (Piñeiro, 2007) los Municipios son los grandes protagonistas del deporte y los verdaderos impulsores de esta práctica que en los últimos años ha sufrido una transformación positiva espectacular. La gestión desde la administración municipal no sólo se limita a la creación o gestión de infraestructuras, sino que cada vez más, desempeñan una labor destacada en la promoción y puesta en funcionamiento de programas de promoción deportiva para todas las edades (Rodríguez y Rodríguez, 2002), organización de eventos deportivos de alto nivel, gestión de becas a deportistas, concesiones a clubes deportivos y asesoramiento en materia de ejercicio físico y deporte a particulares y entidades deportivas.

El deporte municipal, surgido hace tres décadas tal y como hoy lo entendemos, ha ido evolucionando hasta convertirse en un servicio de primer orden. En países como España, la importancia de la práctica deportiva se refleja en la encuesta del Centro de Investigaciones Sociológicas del año 2005, según la cual 12 millones de personas practican deporte habitualmente, de los cuales el 20% lo hace a través de una institución pública, siendo los municipios los que más esfuerzos han hecho en atender a esta demanda creciente de actividad deportiva. (CIS, 2005). Y no solo a nivel de promoción de práctica deportiva, sino que en cuanto al uso de instalaciones deportivas regladas, ya

que una cuarta parte de las mismas son gestionadas por la administración municipal, dato que nos confirma la importancia real que nos encontramos en la relación municipio-deporte. (Fernández, 2015)

En definitiva, en toda esta transformación y evolución del ámbito deportivo en la sociedad, los municipios han jugado un papel sumamente importante, democratizando, promocionando, extendiendo y acercando el deporte a toda la ciudadanía (Teruelo 2009). Pero toda esta labor no ha sido fácil para los gestores deportivos municipales. Todavía seguimos encontrando condiciones laborales deficientes, sistemas de trabajo ineficaces, implicación insuficiente de los poderes públicos y continuos conflictos de intereses entre el ámbito público y el privado. Y es aquí donde entra en escena la exigencia de una gestión plural, cercana al ciudadano, transparente, preocupada por ayudar a solucionar los problemas del tejido social, de colaborar con iniciativas privadas, de poner en funcionamiento proyectos guiados por un objetivo claro y con un fin determinado, controlando y evaluando los resultados para mejorar año tras año, programa tras programa, proyecto tras proyecto. Es aquí donde el papel de los líderes comunitarios y gestores municipales del deporte adquiere la verdadera importancia que tienen en la promoción del deporte para la sociedad y en la colaboración con entidades ajenas al municipio.

El deporte en el municipio de Apodaca ha experimentado un gran cambio, y muy positivo, en estos últimos tres años. Desde que en el año 2018 se promoviera el primer programa de promoción deportiva con el apoyo de los líderes comunitarios, el número de participantes, actividades, uso de instalaciones deportivas, clubes y logros deportivos han sufrido una mejora continua, y más teniendo en cuenta los retos de un

municipio en constante crecimiento a nivel poblacional, industrial, económico y material. Este estudio presenta información estadística que permite conocer el estado actual de los niveles de ejercicio físico y deporte en el sector IV de la Colonia Pueblo Nuevo en el Municipio de Apodaca. Información que servirá de base para continuar generando políticas públicas donde se fortalezca la relación entre el deporte municipal y los líderes comunitarios para lograr el incremento en los niveles de práctica de ejercicio físico y deporte en los habitantes del municipio.

### **Materiales y métodos**

Es un estudio Transversal, descriptivo, cuantitativo, donde se encuesta de forma aleatoria a 69 personas (20 hombres, 49 mujeres). La edad de la muestra se dividió en distintos grupos en las cuales el 21.7% del grupo 1 (18-29), 27.5% grupo 2 (30-39), 15.9% grupo 3 (40-49), 23.2% del grupo 4 (50-59) y el 11.6% del grupo 5 (>60).

### **Instrumentos**

Para la recolección de datos se utilizó el formato de la Encuesta de Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio físico (MOPRADEF, INEGI, 2015) creado por el INEGI con un total de 18 preguntas, las cuales se dividen en población inactiva físicamente, población activa físicamente y población activa físicamente con nivel no declarado de actividad físico-deportiva. La primera pregunta es un filtro y se aplica para toda la población de 18 años y más de edad. A la población inactiva físicamente (ya sea que alguna vez practicó actividad físico-deportiva o que nunca realizó dicha actividad) puede aplicar hasta cuatro preguntas en el caso que el informante considere realizar deporte o ejercicio físico próximamente. Para la población activa físicamente se puede aplicar hasta 11 preguntas, ya que es de interés obtener información sobre las características de la

actividad físico-deportiva que realiza en su tiempo libre.

Ahora bien, para el análisis estadístico se utilizó el software SPSS V. 24. Donde se realizó un análisis descriptivo

**Resultados**

Dentro de los encuestados encontramos que el 53.6% realiza algún tipo de ejercicio físico o deporte, mientras que un 46.4% no lo realiza. De forma similar se les pregunto si alguna vez practicó deporte o ejercicio físico y el 82.6% en algún momento practicó deporte o ejercicio físico mientras que el 17.4% no lo hizo. En la tabla 1 se observa las razones del abandono y falta de realización de deporte o el ejercicio físico.

Por otra parte, un 88.4% han pensado en realizar deporte o ejercicio físico próximamente, mientras que el 11.6% no lo ha pensado. En la tabla 2 se muestra las necesidades que mencionan para poder realizar ejercicio físico o deporte.

De forma similar el 58% de los encuestados respondió que de realizar ejercicio lo harían en un lugar público, seguido por el 21.7% que realizaría ejercicio en casa, luego encontramos las instalaciones privadas o instalaciones en donde estudio/trabajo cada una con el 7.2% y por último centro comunitario con el 1.4%. De igual manera el 31.9% de los encuestados mencionó que realizaría ejercicio en cualquier momento del día, mientras que el 29% prefiere por la mañana, seguido por el 23.9% que menciona que la noche y el 15.9% que prefiere la tarde.

Por otro lado, nos encontramos con los motivos por los que realiza ejercicio, siendo tener salud la más importante y la principal influencia que puede tener, siendo nadie la respuesta más común con el con el 58% de las respuestas cada uno. En la tabla 3 y tabla 4 se presentan los resultados más específicos.

Tabla 1. Razones de abandono

Razón	Abandono	No realiza EFyD
Cansancio por trabajo/estudio/hogar	15.9%	17.4%
Falta de instalaciones adecuadas	7.2%	13.0%
Falta de tiempo	37.7%	34.8%
Inseguridad en su colonia	7.2%	5.8%
Por pereza o desgano	7.2%	0%
Problemas de salud/edad	17.4%	21.7%
No se	7.2%	7.2%

Nota: EFyD= Ejercicio Físico y Deporte

Tabla 2. Necesidades para hacer ejercicio físico o deporte

Necesidades	Porcentaje
Condición física	23.2%
Gusto por el deporte o ejercicio	5.8%
Instalaciones cercanas	14.5%
Tiempo libre	55.1%
No sabe	1.4%

Tabla 3. Principal motivo para realizar ejercicio o deporte

Motivo	Porcentaje de respuestas
Por diversión	8.7%
Por salud	58%
Para verse mejor	8.7%
Para mantenerse activo	1.4%
otros	2.8%

Tabla 4. Principal influencia para realizar ejercicio o deporte

Principal influencia	Porcentaje de respuestas
Otros familiares	7.2%
amistades	11.6%
Nadie	58%
Padres	2.9%
Médico	17.4%
Otros	2.8%

Por último, se les preguntó porque no realizó ejercicio o deporte durante la semana anterior a la encuesta teniendo como principal respuesta *Demasiadas actividades en el trabajo* con el 33.3% de las respuestas seguidas por *Problemas de salud* con el 29% y el 26.1% que no sabe.

### Discusión

Se establece que la falta de tiempo por demasiadas actividades de estudio o de trabajo es la principal razón de abandono de la práctica de ejercicio físico y deporte, por lo que tener tiempo libre se convierte en la primera necesidad para poder practicarlo, siendo los espacios públicos y a cualquier hora del día el principal lugar donde lo realizarían. Por otro lado es la salud el principal motivo para realizar ejercicio físico y deporte y no hay ninguna influencia de persona o institución que los anime a realizarlo. En este sentido, encontramos alguna concordancia con estudios realizados en España y México, donde los resultados obtenidos por Tarraga (2016) después de llevar a cabo un estudio de tipo descriptivo mediante la revisión de 19 artículos publicados en diferentes fuentes bibliográficas, encontraron que la falta de

tiempo por los estudios y la pereza eran los principales motivos de abandono de la práctica de la actividad física. Portela y Domínguez (2017), realizaron un estudio transversal analítico, en 476 participantes, aplicaron un autoinforme de motivos para la práctica del ejercicio físico, para el análisis, se aplicaron estadística descriptiva y encontraron que los principales factores motivacionales para la práctica del ejercicio físico en adolescentes gallegos fueron la Prevención/Salud Positiva y Diversión/Bienestar. Borrego (2017) concluyo que los lugares de práctica más utilizados para la práctica de la actividad física son los espacios públicos y hay una mayor utilización de estos espacios por hombres con edades entre 45-64 años. Zamora (2018) comenta que la principal influencia para revertir la inactividad física de las mujeres y de la población en general, y concluyo que se requiere la participación de las madres y padres de familia, para introducir a la población infantil y juvenil al mundo del deporte y la cultura física.

### Conclusión

Concluimos que los niveles de ejercicio en este sector, son similares a la

media mundial, por lo que el desarrollar líderes comunitarios que apoyen la implementación de actividades deportivas en instalaciones municipales, será clave para incrementar la práctica del ejercicio físico y deporte en nuestro municipio.

### Referencias

- INEGI, 2015. Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF). Disponible en <https://www.inegi.org.mx/programas/mopradef/>
- Chiva, O. (2014). Origen, evolución y actualidad del hecho deportivo. *EmásF, Revista Digital de Educación Física*, 31, 1-14. Recuperado de [http://emasf.webcindario.com/Origen\\_evolucion\\_y\\_%20actualidad\\_del\\_hecho\\_deportivo.pdf](http://emasf.webcindario.com/Origen_evolucion_y_%20actualidad_del_hecho_deportivo.pdf).
- Muñoz, J.C. (2004). El deporte escolar: desarrollo teórico y práctico. *Revista Digital Educación Física y Deportes*, 70, p.1. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd70/escolar.htm>
- Organización Mundial de la Salud. Global status report on noncommunicable diseases. Chapter 1 burden: mortality, morbidity and risk factors. 2010. Disponible en: [http://www.who.int/nmh/publications/ncd\\_report\\_full\\_en.pdf](http://www.who.int/nmh/publications/ncd_report_full_en.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud, 2010. Disponible en: [http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789243599977\\_spa.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789243599977_spa.pdf)
- Deportes, p. d. c. s. (2011). Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles. Madrid: csd. Disponible en <http://www.kirolan.org/El%20sector%20del%20empleo%20deportivo/encuesta%20ohabitos%20deportivos.pdf>
- Piñero, G. (2007). La gestión deportiva local: problemática actual y tendencias de futuro. Jornadas de gestión deportiva local organizadas por la FEMP y el Consejo Superior de Deportes. Las Palmas de Gran Canaria, febrero de 2007. Recuperado de <http://www.femp.es/files/566-948-archivo/LA%20GESTI%C3%93N%20DEPORTIVA%20LOCAL..pdf>.
- Rodríguez, A. y Rodríguez, J.E. (2002). O desenvolvimento deportivo no municipio de Boiro. En O deporte na mancomunidade do Barbanza. A Coruña: Deputación Provincial da Coruña.
- Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) (2005). Encuesta sobre hábitos deportivos de los españoles. Madrid: CIS/Consejo Superior de Deportes. Recuperado de: <file:///D:/datos/Downloads/Encuesta%20h%C3%A1bitos%20deportivos%20de%20los%20espa%C3%B1oles.pdf>.
- Fernández, J. E. R., Couto, J. M. P., & Palacios-Aguilar, J. (2015). Análisis de la promoción deportiva en el municipio de Boiro (A Coruña): Relación entre la gestión deportiva municipal, los clubes deportivos y los resultados deportivos. *EmásF: Revista digital de educación física*, (33), 66-86.
- Teruelo, B. (2009). Deporte, gestión y municipio o la gestión del deporte municipal. 1º Congreso Iberoamericano de Instalaciones Deportivas y Recreativas. Barcelona, octubre de 2009. Recuperado de [file:///D:/datos/Downloads/07-BoniTeruelo%20\(1\).pdf](file:///D:/datos/Downloads/07-BoniTeruelo%20(1).pdf).
- Chacón Borrego, F., Corral Pernía, J. A., & Ubago Jiménez, J. L. (2017). Uso de espacios públicos para la práctica de actividad física: influencia de variables sociodemográficas en personas adultas.
- Zamora Saenz, I. B. (2018). Prácticas físico-deportivas en México.

Escribano, L. G., Casas, A. G., Fernández-Marcote, A. E., López, P. J. T., & Marcos, M. L. T. (2017). Revisión y análisis de los motivos de abandono de práctica de actividad física y autopercepción de competencia motriz. *Journal of Negative and No Positive Results: JONNPR*, 2(2), 56-61.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5826470>

Rodríguez, B. A. C., González, M. Á., Juárez, C. L. V., Colunga, J. C. V., Ángeles, R. C., Rodríguez, C. C., & Dávalos, G. (2020). Motivos para la Práctica del Ejercicio Físico en Estudiantes de Secundaria. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 89-94.