

Antonio Santos Ortega
Arantxa Grau Muñoz
David Muñoz Rodríguez

Mujer y deporte en la Comunitat Valenciana

Género, desigualdades
deportivas y buenas
prácticas para la igualdad



Antonio Santos Ortega
Arantxa Grau Muñoz
David Muñoz Rodríguez

Mujer y deporte en la Comunitat Valenciana

Género, desigualdades
deportivas y buenas
prácticas para la igualdad

Edita: Càtedra d'Estudis Esportius, Universitat Politècnica de València

© Antonio Santos Ortega; Arantxa Grau Muñoz; David Muñoz Rodríguez

© Càtedra d'Estudis Esportius de la Universitat Politècnica de València

© Fotos Valencia *Roller Derby*: Punki Bruster @punkibruster; Navajita @v.navajita;

Cora @coraele_creations; Lolo @lolonoesunchico; Francisco Piñó @eltopi;

Jose Manuel Martín López @jmartinlpz.photo

© Fotos Club de *running* "Nosotras Deportistas"

© Fotos Mamis Valencia Club de *Hockey*: Jordi Maldonado

© 2021, Editorial Universitat Politècnica de València

www.lalibreria.upv.es / Ref.: 6649_01_01_01

Imprime: Byprint Percom, sl

ISBN: 978-84-9048-968-0 (versión impresa)

Depósito legal: V-529-2021

Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons
Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional.



Cómo citar este informe:

Santos, A., Muñoz, D. y Grau, A. (2021) *Mujer y deporte en la Comunitat Valenciana. Género, desigualdades deportivas y buenas prácticas para la igualdad*. Valencia: Càtedra d'Estudis Esportius de la Universitat Politècnica de València – Editorial UPV

Resumen

El presente informe tiene la finalidad de analizar el papel del deporte como medio para mejorar las condiciones de vida de las mujeres y para desarrollar la igualdad de género en el deporte. Repasa las principales tendencias en el deporte de las mujeres, analiza los datos estadísticos que miden el deporte femenino, presenta y actualiza algunos de los principales debates que han vertebrado este campo de estudio, recopila numerosas experiencias que representan buenas prácticas y fuentes de inspiración para avanzar en la participación deportiva de las mujeres, y ofrece una panorámica del papel de las instituciones internacionales y nacionales en pos de la igualdad de género en el deporte. El informe pretende servir a las administraciones públicas, al mundo asociativo y al personal técnico deportivo, preferentemente en la Comunitat Valenciana, para profundizar en esta materia, conocer el estado de la cuestión e inspirar iniciativas en torno a la igualdad de género en el deporte. Aunque el foco está puesto en el deporte y en las mujeres valencianas, el alcance y las recomendaciones de este informe pueden superar el marco de la sociedad valenciana.



Video del informe

El presente informe tiene como objetivo analizar el papel del deporte como medio para mejorar las condiciones de vida de las mujeres y para el desarrollo de la igualdad de género en el deporte. Ha sido promovido por la Cátedra de Estudios Deportivos de la Universitat Politècnica de València y por la Dirección General de Deporte de la Generalitat Valenciana. Pretende servir a las administraciones públicas, al mundo asociativo y a los técnicos deportivos para profundizar en esta materia, conocer el estado de la cuestión e inspirar iniciativas en torno a la igualdad de género en el deporte.

El texto del informe se acompaña de resúmenes de los contenidos principales situados en la parte inferior de algunas páginas. Estos resúmenes admiten una lectura continuada y sintética de los diferentes capítulos. Así mismo, en cada apartado, se agregan fichas con experiencias internacionales sobre experiencias exitosas en igualdad de género mediante el deporte. Además, se añaden recuadros a lo largo del texto que sirven para ampliar la información sobre aspectos relacionados con contenidos del informe.

Nuestro reconocimiento al equipo investigador por la calidad y rigurosidad de los resultados que seguro serán de gran ayuda a las administraciones públicas, al mundo asociativo y los técnicos/as deportivos para profundizar en esta materia. Igualmente, nuestro agradecimiento a los cuatro equipos y clubes que han abierto sus puertas para la elaboración del informe: los equipos alevines femeninos de la escuela de fútbol del Levante UD, el Valencia Roller Derby, el Club de *running* "Nosotras Deportistas" y el equipo de Mamis del Valencia Club de Hockey. Las entrevistas y grabaciones que se han realizado a responsables, entrenadores/as y jugadoras han sido una fuente privilegiada de información. Esperamos que en este informe haya quedado reflejada la intensidad y motivación que día a día le dedican al deporte.

Alicia López Yeste
Kety Balibrea Melero
Càtedra d'Estudis Esportius
Universitat Politècnica de València



Prólogos

Aquest informe és el resultat d'un treball d'investigació d'un equip del Departament de Sociologia i Antropologia Social de la Universitat de València en el marc de la col·laboració entre la Direcció General d'Esport de la Generalitat Valenciana i la Universitat Politècnica de València per a la realització d'estudis de caràcter esportiu i que enguany hem focalitzat en la igualtat de gènere en l'esport valencià.

Des de la Direcció General d'Esport observem amb preocupació unes dades que evidencien una trista realitat: encara ens queda molt per recórrer per arribar a eixa societat igualitària (i, per tant, democràtica) que totes i tots desitgem. I això, malgrat que, certament, no podem negar els avanços produïts ni les accions mampreses des del 2015 per corregir eixes realitats, com ara, el capítol dedicat a la igualtat en l'esport en el recent Decret 2/2018 d'entitats esportives, l'obligació de l'ús d'un llenguatge no sexista per superar estereotips de gènere, la inclusió de clàusules per la igualtat en subvencions i convenis, la representació equilibrada en comissions de treball o l'impuls a la presència femenina en els òrgans de direcció de les entitats esportives valencianes, especialment les federacions.

Tanmateix, som ben conscients que la recerca d'accions efectives per transformar la realitat està condicionada per l'existència d'una anàlisi detallada prèvia, com a punt de partida de l'aplicació de les mesures, què ens informem de les necessitats o dels entrebancs que la conformen. Ahí rau la importància de la investigació que us presentem, i que ha requerit la revisió de nombrosa bibliografia sobre gènere i esport, la consulta de dades de fonts com l'Enquesta d'Hàbits Esportius del Consejo Superior de Deportes o de l'Eurobarometer Sport and Physical Activity de la Comissió Europea i d'estudis de lloables exemples d'integració de la dona en l'esport i del foment de l'activitat física en la població femenina.

Així, l'equip investigador aporta i analitza un ventall d'actuacions de foment de la igualtat en l'esport d'institucions internacionals o estatals i, particularment, en l'àmbit valencià, com ara la integració social a través de la promoció d'esports i equips mixtes o l'ús de l'esport com a instrument de prevenció de la violència de gènere.

A partir de l'anàlisi de les dades arreglades es constata una escletxa que sembla consolidar-se, les anomenades "*tres fractures de l'esport femení*": la de l'adolescència, provocada per múltiples barreres i factors, i la correcció de la qual demana d'una intensa intervenció multidisciplinar; la que afecta a dones en edats intermèdies (30-45 anys) immerses en el món del treball i la cura familiar, i la superació de la qual passa irremeiablement pel repartiment equitatiu del temps dedicat a les feines domèstiques i per l'assumpció de la responsabilitat social de les empreses; i l'exclusió esportiva de les dones d'estrats socials desafavorits. Sens dubte, tres camps d'actuació que haurien de ser prioritaris per als qui assumim responsabilitats en l'àmbit esportiu, juntament amb altres, com la mercantilització de l'esport o l'assetjament.

Val a dir, per tant, que este treball és un testimoni dels vells i nous problemes que existeixen i persisteixen, però també d'impagables exemples d'igualtat i integració, mostrant-nos, amb detall, experiències esperançadores de l'esport com a eina de millora de la qualitat democràtica de la nostra societat.

Esperem, a més, que s'entenga com una demostració més del compromís de la Conselleria d'Educació, Cultura i Esport, i del govern valencià, en la lluita contra les desigualtats de gènere i en la defensa i promoció de la igualtat entre dones i homes en l'esport i en qualsevol altre àmbit social i econòmic. Des d'ací, ens comprometem a continuar treballant per impulsar la divulgació, l'aplicació i la transferència de les conclusions i les bones pràctiques proposades.

EL DIRECTOR GENERAL D'ESPORT
JOSEP MIQUEL MOYA TORRES

L'informe "Dona i esport a la Comunitat Valenciana: gènere, desigualtats esportives i bones pràctiques per a la igualtat" té com a objectiu analitzar el paper de l'esport com a mitjà per a millorar les condicions de vida de les dones, així com per a desenvolupar la igualtat de gènere. Com avançar en la igualtat a través de l'esport i com proposar vies de canvi són els interrogants que subjauen a l'impuls i el desenvolupament d'aquesta investigació que presente. És un informe suggeridor i carregat de propostes dirigides a abastar les plurals situacions de les dones en el camp de l'esport actual.

La persistència de les desigualtats de les dones esportistes és un dels temes que més crida l'atenció en el panorama de problemes relacionats amb l'esport que afronten les nostres societats. Sabem de l'existència de moltes iniciatives que tracten de combatre-la i fins i tot és un debat molt difós pels mitjans de comunicació. No obstant això, dia darrere de dia ens xoquem amb situacions que denoten una falta d'igualtat que no cedeix o que no ho fa en la mesura en què ho requereixen les dones i els temps actuals, en què l'esport ocupa parcel·les importants en la vida de les persones i en la societat.

Aquestes discriminacions no es donen només en l'esport de competició, l'informe que ara es publica assenjala també altres esferes, ja que posa sobre la taula molts dels problemes següents: l'abandó esportiu en l'adolescència i entre les dones joves; la feble presència d'aquestes en els esports més visibilitzats; el problema persistent d'invisibilitat de l'esport fet per dones en els mitjans de comunicació; l'abandó en edats intermèdies per l'arribada dels fills; la situació d'exclusió esportiva en dones més majors a les quals pràcticament ni ens imaginem com a esportistes. Tot això planteja la necessitat de mesures decidides per a combatre aquests estereotips i discriminacions.

L'informe té el mèrit de proposar un conjunt de recomanacions i mesures pràctiques per a afrontar aquestes situacions. En aquest sentit, es destaca la importància d'un esport plural i divers per a donar resposta als diferents tipus de dones. Un esport multifacètic per a poder revitalitzar la pràctica esportiva i incrementar els índexs de participació. Al seu torn, les institucions esportives, de les quals caldria esperar un aprofundiment en la igualtat de gènere, no són les úniques responsables a l'hora d'abordar aquests estereotips. La lectura d'aquest treball d'in-

vestigació ens indica que aquests estan ancorats a les bases profundes de la societat. Qualsevol canvi requerirà accions globals i ha de vindre de la mà d'una transformació dels diferents actors socials implicats: l'empresa, les famílies, els mitjans de comunicació i també les universitats.

En aquest sentit, la Universitat Politècnica de València, compromesa amb el progrés i el desenvolupament integral de la societat, ha impulsat, juntament amb la Direcció General d'Esport de la Generalitat Valenciana, la Càtedra d'Estudis Esportius que inicia la seua marxa amb aquest primer informe ric en dades, arguments i propostes d'actuació per a revelar i afrontar els problemes de desigualtats esportives de les dones. Cal felicitar les responsables de la Càtedra d'Estudis Esportius pel treball realitzat. Estem segurs que l'informe serà una eina magnífica i útil per a desenvolupar millor els projectes l'objectiu essencial dels quals siga aconseguir la igualtat de gènere en l'esport.

EL VICERECTOR D'ALUMNAT, CULTURA I ESPORTS
JOSÉ LUIS CUETO LOMINCHAR

Índice

Introducción	11
1. Metodología	25
2. Igualdad de género en el deporte: una panorámica de las actuaciones desde las instituciones internacionales	35
2.1. Unesco: promoción del deporte como medio de empoderamiento de las niñas y mujeres jóvenes.	35
2.2. La Unión Europea y la igualdad de género en el deporte	36
2.2.1.-Programas y recursos impulsados por la UE	44
2.3. Las iniciativas del Consejo de Europa en Igualdad de Género en el deporte	47
2.4. Igualdad de género y deporte en España	49
2.4.1. Mujer y deporte en el Consejo Superior de Deportes (CSD)	49
2.4.2. Iniciativas de la Direcció General d'Esports de la Generalitat Valenciana	54
2.4.3. Medidas sobre mujer y deporte desde el Ayuntamiento de Valencia.	57
3. Análisis de datos estadísticos: Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD 2015) y <i>Eurobarometer Sport and Physical Activity</i>	63
3.1. Las divergencias en la medición de la práctica deportiva	64
3.2. La práctica deportiva en la Comunitat Valenciana: los datos de la Encuesta de Hábitos Deportivos	67
3.3. La práctica deportiva en España: datos del Eurobarometer sport and physical activity de la Unión Europea. .	74
3.4. Actividad física y sedentarismo en España desde la Encuesta Nacional de Salud	80

4. Las tres fracturas biográficas del deporte femenino	87
4.1. Primera fractura del deporte de las mujeres: adolescencia y primera juventud.	90
4.2. Segunda fractura del deporte de las mujeres: trabajo y cuidados en la transición a la vida adulta	106
4.3. Tercera fractura del deporte femenino: mujeres en estratos sociales desfavorecidos y exclusión deportiva	133
5. Estudios de caso.	155



5.1. Caso 1. Equipos alevines del Levante UD: ¿Quién ha dicho que las niñas no saben jugar al fútbol?	155
5.2. Caso 2. Valencia <i>Roller Derby</i> : ¿Quién ha dicho que solo las chicas delgadas pueden patinar? El <i>Roller Derby</i> , un activismo feminista sobre ruedas	171
5.3. Caso 3. Club de <i>Running</i> Nosotras Deportistas: Corriendo por la igualdad desde la diferencia.	191
5.4. Caso 4. Equipo de Mamis del Valencia Club de Hockey: ¿Quién ha dicho que el deporte es solo cosa de jóvenes?	219
6. Recomendaciones del informe.	247
Conclusiones	277
Bibliografía	285



Introducción

El impulso a la igualdad de género ha sido una de las cuestiones más tratadas en el mundo del deporte en esta última década. En las bases de datos de prensa, los términos mujer y deporte tuvieron una explosión en 2011, -el año previo a los Juegos Olímpicos de Londres- que se ha mantenido hasta hoy con ligeros altibajos. En fechas anteriores, se habían producido, sin duda, importantes iniciativas en este terreno, pero sin la frecuencia y visibilidad que se ha alcanzado en esta última década. Durante este tiempo, la igualdad de género en el deporte ha vivido una proliferación de jornadas, llamamientos, mesas redondas, premios, exposiciones, asociaciones, manifiestos, proyectos de investigación e intervención en todos los niveles: la ONU, el Consejo de Europa, la Unión Europea. Las mujeres han accedido a nuevas disciplinas deportivas y han crecido en aquellas más masculinizadas: mujeres triatletas, alpinistas, motociclistas, boxeadoras, futbolistas han triunfado en la elite mundial. Esta explosión de acontecimientos y noticias ha convertido el deporte femenino en un reclamo también para los políticos, que lo han introducido en sus discursos para aprovechar el gran interés que despierta en la opinión pública.

Las Olimpiadas de Londres no fueron el único factor desencadenante de toda esta atención. La tremenda popularidad del deporte, que se ha convertido en pantalla para la visibilización de cualquier problema social, ha aupado el tema de la igualdad de género en el deporte a preocupación de máxima actualidad. En términos comparativos, con este tema ha sucedido algo parecido a lo que ocurrió en la primera década de 2000 con la cuestión del techo de cristal y las mujeres directivas. En ese momento, los medios de comunicación se saturaron de referencias a la igualdad de las mujeres en la empresa, reclamando que se concretase en un mayor acceso para ellas a los cargos directivos. Veinte años después, el balance es modesto. Aunque pocos ponen en cuestión las capacidades de las mujeres para ocupar cargos de responsabilidad en las empresas, los datos estadísticos han mostrado tan solo pequeñas variaciones muy lentas. Las listas de los altos cargos en las empresas o de las grandes fortunas mundiales siguen constatando una aplastante mayoría de varones. Las mujeres en la empresa se han ido haciendo un hueco, demostrando resultados brillantes, afirmando su capacidad, pero sin alterar las bases y la tradición



masculina del poder empresarial. Sin embargo, en la opinión pública, parece imponerse la sensación de que las mujeres ya son iguales a los varones en la empresa y en muchos otros terrenos. Todo el esfuerzo reivindicativo de las mujeres ha mostrado cómo deberían funcionar las cosas, pero no ha sido así como realmente han acabado funcionando. Los avances simbólicos y los reales siguen muy distantes.

En el deporte, parece estar ocurriendo un proceso semejante. Ha crecido la sensibilidad hacia la presencia de la mujer en el deporte, pero la realidad confirma la persistencia de estereotipos, a veces igual de hirientes que en un pasado remoto, con normativas decimonónicas y brechas en muchos terrenos: salariales, de aparición en los medios de comunicación, de menor presencia en la práctica deportiva y en el deporte de competición. Las mujeres se han ido haciendo un pequeño hueco en un deporte poco acogedor o, simplemente, ciego ante el género. Han sido excelentes en sus resultados cuando hay que competir, han creado espacios propios en deportes o actividades físicas menos marcadas por la masculinización, pero las desigualdades persisten. El “deporte español está gobernado por hombres”, esta es la rotunda conclusión de uno de los más exhaustivos proyectos de investigación de la Unión Europea sobre el tema de igualdad de género en el deporte -*All In, “Towards gender balance in sport”*. A pesar de este juicio, inequívoco y firme, la opinión pública estaría dispuesta a afirmar que las mujeres son ya prácticamente iguales que los varones en el deporte. El debate sobre la igualdad deportiva de la mujer muestra síntomas amenazantes de una amarga repetición del viejo proverbio “cambiar todo para que nada cambie”. Una victoria simbólica en los discursos, pero una realidad desigual en los hechos.

“ El “deporte español está gobernado por hombres”, esta es la rotunda conclusión de uno de los más exhaustivos proyectos de investigación de la Unión Europea sobre el tema de igualdad de género en el deporte -*All In, “Towards gender balance in sport”* ”

¿Cómo convertir estos avances simbólicos en reales? Este es un interrogante que late en el presente informe, que aporta argumentos que se distancian ampliamente de la opinión de que las mujeres ya son prácticamente iguales a los hombres. En las numerosas lecturas de artículos de prestigiosas/os especialistas sobre el



tema, y en la exhaustiva consulta de datos estadísticos que se vierten en este informe, no se constata esta igualdad. Nuestro objetivo principal es examinar estas desigualdades, explorar la profundidad de sus raíces y proponer algunas vías de cambio.

El ascenso imparable del deporte y sus significados sociales

El deporte ocupa, progresivamente, un lugar importante en la vida de las personas y en sus relaciones sociales. El proceso de deportivización (Elias y Dunning, 1992) conquista cada vez más esferas de la vida social, se amplía a nuevos campos en continua evolución. En su estudio ya clásico, Norbert Elias y Eric Dunning subrayaron los vínculos entre el proceso de deportivización y el de industrialización. Hoy, inmersos ya en el cambio hacia sociedades postindustriales, se abren nuevas cuestiones en torno al deporte. En estos últimos años, las ciencias del deporte y las ciencias sociales han estudiado los vínculos entre el deporte y el consumo, las marcas, la publicidad, los estilos de vestir, los productos alimenticios asociados al deporte, el turismo, las apuestas deportivas, los medios de comunicación, la espectacularización, las tecnologías, donde el deporte aparece en primera línea de la innovación en máquinas, sustancias y materiales.

No cabe duda de que la dimensión económica eleva hoy al deporte al rango de sector estratégico. Las empresas no han ocupado solo la dimensión material y productiva, también han aprovechado el potencial inmaterial del deporte, sus valores, y han elogiado sus vínculos con el esfuerzo, el éxito, la excelencia, la superación, la disciplina. Los departamentos de recursos humanos establecen paralelismos entre la gestión de un equipo de trabajo y un equipo deportivo, que persigue la victoria sobre el competidor. Palmarés, *ranking*, carrera, resultados, rendimiento son términos intercambiables entre el mundo de la empresa y el del deporte. Hoy se da, prácticamente, una simetría entre la carrera profesional de los cuadros directivos que han de cuidar su capital humano, y la carrera deportiva de una estrella del deporte, que será exitosa a través del esfuerzo, la acumulación de méritos, la actualización continua, los objetivos, los logros, el tesón, la disciplina, la capacidad de superación, la excelencia y la mejora de sus métricas. No es extraño, por tanto, que el patrocinio deportivo se imponga como una estrategia



prioritaria y rentable de *marketing* empresarial y que la empresa se adjudique hoy un papel protagonista en el mundo del deporte.

De hecho, las imágenes del futuro que nos ofrecen los medios de comunicación aparecen revestidas de toda una escenografía deportiva: el deporte virtual; el cuerpo aumentado; modificado con injertos; mejorado con suplementos que superan los límites humanos; algoritmos de analítica deportiva que detectan a los que serán los atletas de elite o al equipo que garantice mayor rendimiento; sistemas de entrenamiento en ingravidez, en 3D; bebidas isotónicas con niveles de sales y azúcares personalizados; cuerpos conectados, con sensores que monitorizan cualquier movimiento; cuerpos interactivos en red que comparten información GPS; estadios inteligentes donde se diseña a medida la experiencia de la audiencia, incluso sin que su presencia sea necesaria, porque frente a su televisor obtiene una retransmisión personalizada con cámaras que le permiten acceder a todo el espacio, a todos los sonidos. El futuro habla en lenguaje deportivo. Se nos dice que estos cambios se transferirán a nuestras vidas y cuerpos también fuera del deporte. Esto ocurrirá a lo largo del siglo XXI, cuando las empresas más avanzadas, los nuevos modelos de negocio, la dimensión industrial y de espectáculo global conviertan el deporte en motor económico. En la industria del deporte, lo menos importante es el deporte.

La dimensión económica no es la única donde se acelera el proceso de deportivización. También en la dimensión social y cultural se da una renovación permanente. El deporte juega hoy un papel fundamental en la identidad social e individual de las personas; en las subculturas; en las modas deportivas, que alcanzan a todas las edades y que definen comportamientos y prácticas sociales. Muchas de las relaciones sociales que mantenemos pivotan alrededor de un encuentro deportivo o vienen acompañadas por la realización de una actividad física en un gimnasio, en un parque o en las calles, mediante la marcha a pie o el paseo en bicicleta. En este marco social y cultural, resalta también el papel del deporte en la escuela. De hecho, los valores educativos, formativos, humanistas, integradores del deporte han sido también priorizados por los gobiernos y las grandes instituciones internacionales en los últimos años como medio para atajar problemas sociales, diseñar campañas o posicionarse ante conflictos sociales. El deporte se sitúa en primera fila cuando se habla de derechos



“ Es así como la definición de deporte se ha ido progresivamente haciendo más compleja y, junto al deporte de alto nivel, asistimos a otras definiciones menos basadas en el rendimiento, la competición o los resultados y más centradas en explotar algunas dimensiones que el deporte puede aportar a la vida cotidiana: la salud, la educación, el ocio, el bienestar personal, el cuidado del cuerpo y el aspecto físico, las aficiones, el juego. ”

humanos y sociales desde las instituciones políticas. Evidentemente, todos estos cambios en la esfera sociocultural y política se desarrollan en estrecha relación con la esfera económica que hemos mencionado en los párrafos anteriores. Esta relación está contribuyendo a redefinir el término deporte, a convertirlo en una práctica plural que va más allá de los estadios.

Es así como la definición de deporte se ha ido progresivamente haciendo más compleja y, junto al deporte de alto nivel, asistimos a otras definiciones menos basadas en el rendimiento, la competición o los resultados y más centradas en explotar algunas dimensiones que el deporte puede aportar a la vida cotidiana: la salud, la educación, el ocio, el bienestar personal, el cuidado del cuerpo y el aspecto físico, las aficiones, el juego. La práctica deportiva desborda las canchas y se infiltra, se difunde, en otras esferas de interés para quienes lo practican. El deporte de elite, supeditado al récord y a los logros de los deportistas profesionales, se contrapone al deporte para todos, que tiene vocación de difundirse a toda la ciudadanía con objetivos más lúdicos, socializadores y saludables.

Es imposible, por tanto, hablar hoy de deporte en singular ya que una pluralidad de sentidos lo atraviesan. En estos últimos años, se actualiza a través de una inagotable gama de nuevas prácticas deportivas (desde los deportes en la naturaleza, a los deportes de calle, a los deportes extremos, que muestran una popularización a veces temeraria). Cala en las vivencias de sus practicantes con una multiplicidad de significados: el deporte se vive como forma de mejora personal, como superación, exploración de los propios límites, como generador de sensaciones, emociones, movimiento, bienestar, celebración del esfuerzo, del resultado, de la mejora técnica, del cuerpo en forma y de su perfectibilidad, como modo de proyectarse en el futuro, como medio para sentirse parte de una comunidad. Todos estos múltiples sentidos están contenidos en lo que la filósofa Isabelle Queval (2004) llama



la *construcción deportiva de sí mismo*, que se impone como una forma predominante de creación de identidad personal y colectiva en nuestro tiempo. Los medios de comunicación amplifican su alcance y encumbran estos significados hasta el relato épico, el talento, el éxito y el arquetipo del héroe.

Sin embargo, estos seductores sentidos del deporte coexisten con sus contrasentidos: las lesiones; las adicciones; las obsesiones por el cuerpo; el éxito; el llegar más allá; el doparse; el enfrentarse, imponerse a otros; la mercantilización y el negocio; el espectáculo deportivo banalizado; la precariedad laboral cuando se acaba la carrera deportiva o en las categorías de divisiones inferiores; el consumo compulsivo de deporte; el hacerlo por obligación; las desigualdades deportivas y todos los procesos en los que estas se expresan, desde la clase social hasta el género. Los límites entre los sentidos y los contrasentidos del deporte son porosos, fáciles de traspasar, complejos de entender. En el deporte, cohabitan simultáneamente los significados positivos y los negativos y esto abre numerosos interrogantes sobre cómo aplicar el deporte excluyendo su lado negativo. En nuestro caso, los interrogantes que nos interesan son los referidos al género y a las desigualdades deportivas de las mujeres.

Desigualdades deportivas de las mujeres, género y deporte para la igualdad

Las mujeres ocupan un lugar fundamental y transversal en todos los cambios mencionados en las páginas anteriores. En todos ellos, la presencia de las mujeres es relevante para el análisis, condiciona los enfoques de estudio, y aviva los debates. Su papel actual en el deporte exige replanteamientos, atención política, nuevas perspectivas para entender los problemas. Incluir la cuestión de género problematiza hondamente las condiciones de realización del deporte y renueva su práctica. El enfoque de género enriquece los estudios que desde las ciencias sociales se dedican a este binomio mujer-deporte. A lo largo de este informe, podremos ver los resultados de un buen número de investigaciones y programas deportivos realizados sobre esta cuestión, que sugieren pautas para abordar y resolver problemas en torno a la mejora de su práctica deportiva, al tratamiento de las discriminaciones y de los estereotipos en el terreno del deporte.



Las desigualdades deportivas de las mujeres son un debate abierto, irresuelto y actual. Con mucha más frecuencia de la que sería deseable, tenemos noticia de la persistencia de discriminaciones, clichés y subordinaciones sorprendentes en el terreno del deporte. Esta persistencia pone en duda la visión, muy extendida, de que paulatinamente se podrá ir alcanzando la igualdad de género en el deporte. La lista de problemas pendientes, casi inalterables, cuya solución se demora, o se trata con paliativos, es larga. Esta visión de cambios paulatinos presenta un inconveniente añadido: en muchos aspectos, no solo no se avanza, sino que pueden producirse retrocesos. Por ello, para avanzar en igualdad de género en el deporte se hace imprescindible una voluntad política decidida para afrontar las “brechas deportivas” (Messner, 2007) hoy presentes.

“ Las desigualdades deportivas de las mujeres son un debate abierto, irresuelto y actual. Con mucha más frecuencia de la que sería deseable, tenemos noticia de la persistencia de discriminaciones, clichés y subordinaciones sorprendentes en el terreno del deporte. Esta persistencia pone en duda la visión, muy extendida, de que paulatinamente se podrá ir alcanzando la igualdad de género en el deporte. ”

No es suficiente adoptar la terminología de la igualdad de género, incorporarla a las normativas y esperar que se produzcan cambios automáticos. Los problemas de desigualdad de género están hondamente arraigados y descansan bajo los cimientos de la estructura social. Las desigualdades son solo el indicio de relaciones profundas que las crean. Las investigaciones que adoptan una perspectiva crítica no se preguntan solo sobre el número de varones y mujeres en un determinado ámbito -sobre la paridad-, sino sobre las relaciones entre unos y otras, sobre las jerarquías sociales y sobre los procesos de dominación que las sustentan. Para explicar y cambiar las desigualdades deportivas es necesario tener en cuenta las relaciones de subordinación entre varones y mujeres. De no ser así, se corre el riesgo de interpretar la igualdad como un proceso para el que basta alcanzar un aumento cuantitativo de algunos indicadores, que basta con que las mujeres se empoderen y crezca el número de fichas en deportes típicamente masculinos. Esta perspectiva puede llevar a pensar que el logro de la igualdad depende exclusivamente de las mujeres, que simplemente con su esfuerzo y empoderamiento pueden lograrla. El empoderamiento de las mujeres es una buena noticia, pero difícilmente se conseguirán avances si los cambios no



proviene de los dos géneros. La igualdad no es solo cosa de mujeres empoderadas que, individualmente, adoptan un estilo activo y se lanzan a la práctica deportiva como fuente de su cuidado personal y mejora de sus capacidades.

Una mirada más reposada y crítica del empoderamiento de las mujeres en el deporte no puede esquivar la discusión de hasta qué punto este empoderamiento alcanza a reducir la masculinidad estructural, que sigue operando en el deporte, y hasta qué punto se siguen produciendo bolsas importantes de mujeres que no lo tienen tan fácil para empoderarse y quedan al margen de cumplir la norma de activación deportiva. La igualdad de género ha de ser para todas.

Un enfoque de igualdad formal o de activación individual hacia el deporte puede, como mucho, ser un punto de partida, pero no evitará que se perpetúe una posición subalterna de las mujeres en el sistema deportivo. Sabemos que existe paridad de género en cuanto al número de ministras, diputadas o juezas, sin embargo, esto no evita que sigamos asistiendo a desigualdades y problemas irresueltos, como la violencia o las innumerables brechas salariales, educativas, deportivas o los techos de cristal en las altas esferas de decisión empresarial y del poder judicial. La solución de estos problemas no depende únicamente de alcanzar una igualdad formal o cuantitativa -como, por ejemplo, sería lograr que las mujeres fueran un 50% de las federadas en un deporte como el fútbol-. Esto no acaba, necesariamente, con las estructuras profundas en las que arraigan las discriminaciones y la condición subalterna. En el caso del fútbol, por ejemplo, deberíamos preguntarnos si, aún con un 50% de mujeres, no seguirían presentes la fuerte masculinidad, la virilidad y la agresividad que definen al fútbol "en estado puro".

Existen herramientas jurídicas y leyes en nuestro sistema normativo que propugnan la igualdad de oportunidades y la lucha contra la discriminación, sin embargo, en el día a día seguimos presenciando desigualdades y relaciones de dominación que dichas herramientas no consiguen frenar por operar solo en una capa superficial y no llegar al fondo, donde quedan veladas las causas más profundas. Esto es cien por cien transferible al mundo del deporte. Sin despreciar los avances que puedan lograrse mediante este enfoque institucional-legal-formal del género, se

necesitan cambios más profundos, que redefinan las estructuras, que las pongan en cuestión y que abran nuevas vías y espacios alternativos en el deporte de las mujeres.

En este informe, nos ocuparemos de cómo estos cambios, que se dirigen a la raíz de las estructuras deportivas, se pueden explorar para renovar el depor-

te de las mujeres. El error habitual de considerar que ya se ha alcanzado la igualdad de género y que, por tanto, ya no es necesario cambiar nada más en el terreno deportivo, es una visión complaciente y superficial, que descuida el análisis de las causas profundas de la desigualdad. Hoy en día, este tipo de opiniones se ve continuamente superado por la realidad. Primero, porque siguen presentes las mismas desigualdades de siempre, a veces disimuladas o ligeramente aminoradas y, segundo, porque comienzan a aparecer retrocesos en logros que se daban ya por conseguidos y que se suponía que no tenían vuelta atrás. Lo veremos en este informe al analizar algunos datos sobre el descenso de la práctica deportiva de las mujeres en estos últimos años.

“ El error habitual de considerar que ya se ha alcanzado la igualdad de género, y que, por tanto, ya no es necesario cambiar nada más en el terreno deportivo, es una visión complaciente y superficial, que descuida el análisis de las causas profundas de la desigualdad. ”

Las contradicciones del deporte de las mujeres

Entre las y los especialistas más renombrados en la investigación internacional sobre género y deporte, la situación actual de las desigualdades deportivas se percibe con poco optimismo. Gertrud Pfister (2013) habla de continuidad en la brecha de género, que se recrudece en los ámbitos “de la toma de decisiones, en el reparto de los recursos financieros o en la visibilidad del deporte de las mujeres”. Michael Messner (2007) señala que las desigualdades principales que han caracterizado estas dos últimas décadas “siguen vivas”; Jayne Caudwell (2017) habla de “neodiscriminaciones”. El panorama de las mujeres en el deporte está plagado hoy de ambivalencias, contradicciones y de una bipolaridad extrema. En el mismo noticiero, podemos encontrarnos, por un lado, con una iniciativa de algún gobierno para potenciar la igualdad de género y, por otro, con un club o una federación



que hace viajar en clase turista a los equipos femeninos y en primera clase a los masculinos o que sugiere poner faldas a las boxeadoras para atraer audiencia. La opinión pública accede, simultáneamente, a estas noticias polarizadas en las que, por una parte, se ensalza el deporte como una dimensión central en la liberación de la mujer e indicador del progreso y, por otra parte, se verifican actitudes discriminatorias institucionalizadas hacia las mujeres deportistas.

A pesar de estas constataciones de que el deporte es un terreno donde las desigualdades entre sexos se expresan con gran crudeza, esto no impide la consecución de éxitos de las mujeres en el deporte. Lo cual no deja de resultar contradictorio. Por tomar como ejemplo los resultados de los últimos Juegos Olímpicos en Río, el número total de medallas de los equipos españoles en todos los deportes fue de 45 de las cuales 21 fueron conseguidas por varones y 24 por mujeres. El deporte femenino ofrece un superávit en sus resultados respecto a los recursos que se le dedican o respecto a la poca visibilidad que le conceden los medios de comunicación. Las deportistas femeninas de alta competición salen airoso pese a desarrollarse en un medio hostil en el que el sexismo sigue presente.

Por añadidura, más allá del sexismo que se da en el terreno minoritario del deporte federado (solo el 9% de las mujeres que practican deporte en la Comunitat Valenciana lo hacen con una licencia federativa), encontramos otros síntomas preocupantes de sexismo en el deporte del 91% restante de mujeres que practican deporte y encuentran dificultades para mantenerlo. El abandono del deporte por parte de la población femenina es un hecho preocupante que revelan los datos estadísticos

“**El objetivo general del presente informe es, precisamente, examinar las tendencias recientes del deporte de las mujeres y explorar vías para su mejora, dando pistas a la acción gubernamental para actuar sobre las bases del sexismo y avanzar hacia un deporte más igualitario, lúdico, socializador y saludable para las mujeres.**”

consultados en este informe. Las mismas encuestas confirman la brecha deportiva entre varones y mujeres que parece consolidarse.

Estas luces y sombras del deporte femenino son un claro síntoma de las contradicciones actuales del sistema deportivo en el que se mueven las mujeres.



Un sistema donde coexisten los éxitos admirables de algunas deportistas con el abandono de la práctica de la actividad física de otras muchas. Cuando se dan estos extremos, el diagnóstico social nos revela que nos encontramos en un terreno en movimiento, fluido, que puede moldearse dependiendo de las políticas que apliquemos. El objetivo general del presente informe es, precisamente, examinar las tendencias recientes del deporte de las mujeres y explorar vías para su mejora, dando pistas a la acción gubernamental para actuar sobre las bases del sexismo y avanzar hacia un deporte más igualitario, lúdico, socializador y saludable para las mujeres.

Organización del informe

Tras la presente introducción, un primer apartado describe la metodología del informe. El segundo apartado aborda el papel de las instituciones internacionales en la promoción de la igualdad de género. El tercero recoge el análisis de datos estadísticos, que permiten perfilar los problemas más relevantes de la práctica deportiva de las mujeres. Sobre la base de este análisis, un cuarto apartado aborda los problemas de abandono y las barreras que encuentran las mujeres en el deporte a lo largo de su ciclo vital: adolescencia y juventud, transición a la vida adulta y madurez. A continuación, el quinto apartado recoge los cuatro casos que hemos estudiado monográficamente y que aportan buenas prácticas para el avance de la igualdad de género en el deporte: los equipos alevines femeninos del Levante UD; el Valencia *Roller Derby*; el Club de *running* “Nosotras Deportistas” y el equipo de Mamis del Valencia Club de Hockey. El informe se cierra con un bloque de recomendaciones y unas conclusiones finales.

Ficha 1

Les Dégommeuses, fútbol contra el sexismo, la homofobia y las discriminaciones (Francia)



Los primeros pasos de *Les Dégommeuses* se remontan a 2010, cuando un grupo de amigas se inscribieron en un torneo de fútbol organizado por la Fédération Sportive Gaie et Lesbienne. Desde ese momento, combinar la práctica del fútbol con la militancia contra el sexismo, la homofobia y las discriminaciones ha sido la prioridad de este grupo que ha ido creciendo desde entonces. En 2012, Les Dégommeuses se convirtieron en asociación para ajustarse a las formas institucionales que permiten acceder a los equipamientos deportivos -frecuentemente ocupados por un tipo de fútbol ajustado a la norma masculina- y a otros recursos. Por otro lado, la asociación ha reforzado el deseo de intervenir como sujeto para promover acciones que pudieran reivindicar y mejorar la presencia del fútbol de las mujeres y de las minorías sexuales.

En torno a estos colectivos, el fútbol puede ser una práctica motivadora y de refuerzo de su identidad; también puede

servir para su visibilización y normalización; asimismo, para sensibilizar a la opinión pública y al mundo de la política sobre sus necesidades y demandas y, finalmente, para diseñar y aplicar programas dirigidos a ellos.

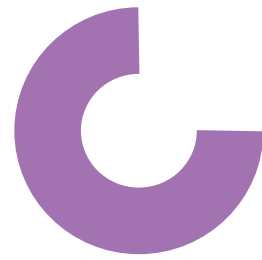
Las Dégommeuses conciben el fútbol como un medio para reforzar las relaciones sociales y la igualdad, un medio en el que se prima la diversión sobre la competición, que tampoco se rechaza si no perturba el placer de compartir el fútbol. La asociación se encuadra dentro del movimiento feminista con una perspectiva interseccional en la lucha contra las discriminaciones y fobias ligadas al sexo, el origen étnico, la clase social, la edad, el peso y la apariencia física. Son las propias deportistas las que se comprometen y llevan a cabo las acciones de sensibilización, defensa y debate sobre estas discriminaciones.

Con estos valores de partida, la asociación ha ido creciendo en sus siete años de existencia. Han organizado y colaborado en numerosos actos solidarios y militantes: han jugado partidos de fútbol contra la violencia homófoba; han organizado varios ciclos de conferencias sobre mujer, género y deporte; han participado activamente en la prensa sobre diferentes temas de su ámbito de acción; han obtenido premios otorgados por el desarrollo de sus programas. Su web y su presencia en las redes sociales es una activa base de datos en la que se puede profundizar sobre todos estos logros.

Fuente:

<http://lesdegommeuses.org/>

<https://www.facebook.com/lesdegos/>







Metodología

Este informe tiene como objetivo analizar el papel del deporte como medio para avanzar en igualdad de género y para mejorar las condiciones de vida de las mujeres. Su intención es de carácter práctico. Pretende servir a las administraciones públicas, al mundo asociativo y al personal técnico deportivo para profundizar en esta materia. El informe puede inspirar a todos estos actores sociales iniciativas en torno a la igualdad de la mujer en el deporte. Aunque su ámbito territorial de estudio es preferentemente la Comunitat Valenciana, en muchos casos se aportarán datos y experiencias del marco nacional o internacional.

El informe tiene una metodología que combina la revisión bibliográfica de la literatura más significativa y reciente sobre género y deporte, la consulta de datos estadísticos en las principales fuentes de información existentes y la recogida de información a través de estudios de caso. Ello nos permitirá lograr los objetivos anteriores: conocer el estado de la cuestión, explorar el diagnóstico de la situación del deporte de las mujeres, sus desigualdades y acciones para reducirlas.

A través de esta metodología, mostraremos, por un lado, resultados de carácter más teórico, aproximándonos a los principales debates académicos actuales tratados por los estudios de género y deporte. No se trata, sin embargo, de profundizar en ellos con un enfoque de publicación académica, sino de plantear crítica y brevemente los problemas principales, dar pistas para profundizar a aquellos lectores y lectoras que se interesen por alguno de los problemas tratados. Como hemos anticipado en la introducción, no hay que olvidar que el deporte tiene potenciales ventajas para la mejora



Síntesis

El informe tiene como objetivo analizar el papel del deporte como medio para avanzar en igualdad de género y para mejorar las condiciones de vida de las mujeres. Así mismo, trata de servir a las administraciones públicas, al mundo asociativo y al personal técnico deportivo para profundizar en esta materia.

La metodología del informe se basa en los siguientes procedimientos:

- 1- Revisión bibliográfica de la literatura reciente sobre problemas en torno al deporte y el género
- 2- Consulta de datos estadísticos de las principales fuentes de información existentes
- 3- Realización de estudios de caso



La recopilación bibliográfica y documental tiene el objetivo de establecer un diagnóstico de las desigualdades de género en el deporte en España; constatar los problemas existentes para, posteriormente, proponer recomendaciones de actuación.

social y personal, pero también puede presentar inconvenientes que las y los especialistas en deporte han investigado. Esta doble cara del deporte exige un estudio crítico de los trabajos de investigación que han abordado y se han posicionado al respecto. Por otro lado, el informe incluirá un capítulo de análisis de los datos estadísticos existentes destinado a establecer un diagnóstico sobre la realidad deportiva de las mujeres. Detallaremos más adelante las fuentes utilizadas.

Además, el informe ofrecerá resultados de carácter más práctico, consistentes en la recopilación de buenas prácticas y recomendaciones que puedan ayudar a la definición de políticas, programas y experiencias concretas sobre deporte e igualdad. Para ello, hemos empleado una metodología basada en estudios de caso. Esto ha supuesto, en primer lugar, seleccionar algunas experiencias exitosas en la Comunitat Valenciana en las que el deporte esté consiguiendo resultados positivos en pro de la igualdad o cuestionando las desigualdades y discriminaciones de la mujer en el deporte. En segundo lugar, hemos analizado dichas experiencias a través de la recogida y análisis de información para establecer los factores que las han convertido en exitosas y que podrían difundirse a otros colectivos o deportes.

Fases del informe

Sobre la base de toda esta metodología, establecemos tres fases en la realización del informe:

- 1.- Recopilación bibliográfica y análisis fuentes estadísticas
- 2.- Realización de los estudios de casos y redacción del informe
- 3.- Presentación y difusión de resultados



Respecto a la primera fase, la recopilación bibliográfica y documental tiene el objetivo de establecer un diagnóstico de las desigualdades de género en el deporte en España; constatar los problemas existentes para, posteriormente, proponer recomendaciones para actuar. La función de esta recopilación bibliográfica no es realizar una revisión pormenorizada de dichos problemas, sino establecer un panorama general acerca de las relaciones género-deporte en España¹.

En cuanto a la literatura internacional, la abundancia es aún más considerable. Es una fuente imprescindible para actualizar los debates sobre género y deporte y para descubrir tendencias emergentes dada la gran cantidad de investigación. Sin embargo, el volumen de artículos publicados en revistas especializadas sobre un tema tan amplio como las desigualdades de género en el deporte es inabarcable. Por ello, hemos acotado la búsqueda a los libros recopilatorios sobre género y deporte aparecidos en los últimos 10 años. Las editoriales académicas en la escena internacional dejan en manos de los/as expertos/as más reconocidos/as la elaboración de recopilaciones de textos y manuales de gran calidad, que sintetizan el estado actual de la investigación y se convierten en un instrumento muy útil para seguir las transformaciones de un área de conocimiento. En nuestro caso, las búsquedas realizadas con combinaciones de los términos de *sport/gender/equality*-en la base de datos de Scopus- han permitido componer la bibliografía internacional utilizada. Esta bibliografía se adjuntará en un anexo para facilitar el trabajo de investigadores/as o lectores/as interesados/as en esta materia.

1 La literatura sobre género y deporte en España es muy extensa. Por centrarnos solo en el ámbito más cercano a la sociología, contamos con una abundante producción desde finales de los años ochenta que ha cobrado forma en artículos, recopilaciones, informes, capítulos de manual y artículos de divulgación. Aunque no es un objetivo prioritario de este informe rastrear toda esta documentación -y a riesgo de no citar publicaciones relevantes-, es necesario destacar, por su carácter pionero, por su valor de síntesis o por su actualidad, los trabajos de Puig (1986); García Ferrando (1987); Vázquez (1993); Vázquez, Fernández y Ferro (2000) Mosquera y Puig (2002), Puig y Soler (2004) Buñuel (2004), Alfaro, Bengoechea y Vázquez (2011); Santos y Balibrea (2013); Fontecha (2016); Fuentes, Pereira, López, Pérez y Devis (2018); Alfaro, Mayoral y Vázquez (2018); Serra, Soler, Vilanova e Hinojosa (2019).

Estos trabajos pueden aproximarnos al panorama de las desigualdades de género en el deporte en España. Desgraciadamente, otros muchos, no citados aquí por tratar temas más concretos, o deportes y grupos de edad específicos, merecerían, sin duda, estar presentes en una publicación más enfocada a finalidades bibliográficas. Con objeto de paliar las carencias y ausencias de la anterior enumeración de publicaciones sobre género y deporte, remitimos a dos publicaciones muy recientes que permiten una revisión general de los temas tratados por la sociología del deporte en torno al género (Martos, 2018; Piedra, 2019). Por añadidura, la sociología del deporte no agota la producción de trabajos interesantes sobre la cuestión. Desde la antropología, el derecho, la historia, las ciencias de la educación o la psicología se han realizado, igualmente, aportaciones muy destacables lo cual favorece el necesario enfoque interdisciplinar, que tanto beneficia a la cuestión del género y el deporte.



Las principales fuentes estadísticas utilizadas son la Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) 2015 y el *Eurobarometer Sport and physical activity* elaborado por la Comisión Europea.

La técnica de los estudios de caso nos ha permitido seleccionar cuatro experiencias exitosas en pro de la igualdad de las mujeres en el deporte en la Comunitat Valenciana. En cada una de ellas se ha entrevistado a responsables y se ha grabado en vídeo la práctica deportiva de las mujeres. Los estudios de caso seleccionados son:

- 1.- Equipos alevines femeninos de la escuela de fútbol del Levante UD.
- 2.- Valencia *Roller Derby*.
- 3.- Club de *running* "Nosotras Deportistas".
- 4.- Equipo de Mamis del Valencia Club de Hockey.

Siempre en la primera fase, y con el objetivo de afinar el diagnóstico de las desigualdades deportivas de las mujeres en España y en la Comunitat Valenciana, hemos utilizado las principales fuentes estadísticas para contrastarlas y perfilarlas. En particular, hemos hecho uso de la Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) 2015 -elaborada por el Ministerio de Cultura y Deporte-, que permite obtener datos correspondientes a nuestra comunidad autónoma, y del *Eurobarometer Sport and physical activity* elaborado por la Comisión Europea- con datos detallados para España en sus ediciones del 2013, 2017.

En una segunda fase, hemos procedido a desarrollar los estudios de caso. Esta metodología permite recoger información sustantiva de un caso concreto. Hemos seleccionado cuatro casos de estudio, hemos visitado la experiencia sobre el terreno, consultado documentación y realizado entrevistas con los principales actores implicados. En todos los casos, se han grabado en audio las entrevistas y en vídeo la práctica deportiva de las mujeres participantes. Forma parte de este informe la edición de vídeos cortos de cada caso para la difusión posterior de los resultados. Los casos seleccionados constituyen experiencias destacadas en la Comunitat Valenciana en las que el deporte ocupa un lugar importante en la vida de las mujeres y son los siguientes:

- 1.- Equipos alevines femeninos de la escuela de fútbol del Levante UD
- 2.- Valencia *Roller Derby*
- 3.- Club de *running* "Nosotras Deportistas"
- 4.- Equipo de Mamis del Valencia Club de Hockey

Los criterios de selección de los casos se han basado, en primer lugar, en cubrir las diferentes edades de las mujeres, pues en sus trayectorias vitales la edad pro-



Escuela y Club de Running Femenino

Academia Deportiva Km

Cada Km cuenta

Escuela y Club de Running Femenino

Academia Deportiva Km

Cada Km cuenta

Escuela y Club de Running Femenino

Academia Deportiva Km

Cada Km cuenta



voca problemas específicos. Cada caso sirve para analizar algunos de estos problemas que mencionaremos a continuación. En segundo lugar, hemos seleccionado deportes que han crecido en estos últimos años, incluso deportes de actualidad.

En el primer caso, las pequeñas jugadoras de 11 años de los equipos de categoría alevín de fútbol del Levante UD ilustran los estereotipos que se viven en la adolescencia y la juventud. Ellas se encuentran en los momentos iniciales de su incorporación a la práctica deportiva y conviven con los estereotipos que luego están presentes en edades posteriores y que dificultan sus trayectorias deportivas. Las niñas del Levante juegan en ligas mixtas, donde también hay equipos de niños. Este caso nos servirá para detectar la pervivencia actual de los estereotipos en el proceso de socialización deportiva de las niñas.

El segundo caso es el *Valencia Roller Derby*, un deporte que se ha reactualizado en estos últimos años y se ha difundido entre las mujeres. Es una práctica deportiva realizada solo por mujeres y, actualmente, se presenta como un escenario de expresión de sus identidades de género y de sus vivencias, creando espacios no masculinizados en el deporte.

El tercer caso -el club de *running* Nosotras Deportistas- se dedica al *running*, una de las prácticas deportivas hoy más extendida entre las mujeres. Por ello, concentra muchos debates interesantes: el deporte como escenario de la superación personal, de las relaciones sociales y de la creación de comunidades, pero también el deporte como competición con uno mismo y con los otros, a veces generadora de excesos. El club elegido está particularmente implicado en la lucha por la igualdad de las mujeres en el deporte.

El cuarto caso es el equipo de Mamis del Valencia Club de Hockey. Nos encontramos con jugadoras entre 40 y 60 años. Mayoritariamente, son madres con hijas e hijos de diferentes edades y el hockey representa para ellas un espacio recreativo y de ocio; de relaciones de amistad y sociabilidad de grupo; de gestión del tiempo y de conciliación de deporte y vida familiar; de cuidado del cuerpo y de competición recreativa, pues juegan en ligas oficiales y torneos.

El conjunto de los casos permitirá sistematizar las buenas prácticas, extraer los factores exitosos en cada experiencia y valorar su posible transferencia, su difusión y, potencialmente, la creación de programas municipales o regionales orientados por estas experiencias.

Asimismo, con el objetivo de ampliar la búsqueda de buenas prácticas, se ha realizado una selección de experiencias internacionales que se reflejarán en forma de fichas distribuidas a lo largo del informe. Estas fichas recogerán, brevemente, la información más relevante y referencias para profundizar en cada una de ellas. Esta segunda fase concluye con la redacción del informe final

Tras la redacción del informe, se abordará una tercera fase de presentación y difusión de los resultados que se han obtenido. El medio principal de difusión será la página web de la Càtedra d'Estudis Esportius de la Universitat Politècnica de València, donde se podrá consultar el contenido del informe y los vídeos de presentación de los cuatro casos estudiados. Se trata de vídeos breves, en torno a dos minutos para facilitar su difusión en distintos canales de comunicación y redes.

Igualmente, se realizarán presentaciones y jornadas para difundir los resultados más destacables del informe. Se priorizará una difusión que llegue a personas que ocupan puestos relevantes en el diseño e implementación de planes y programas vinculados con el fomento de las actividades físicas y deportivas en el ámbito autonómico y municipal (técnicos/as de deporte, federaciones, etc.).

“ El objetivo de este informe es analizar el papel del deporte como medio para avanzar en igualdad de género y para mejorar las condiciones de vida de las mujeres. ”

El análisis de los cuatro casos servirá para extraer las buenas prácticas y sistematizar los factores exitosos de cada uno de ellos.



Ficha 2

Sumo: 2000 años de exclusión deportiva de las mujeres (Japón)



@Laura Liverani/The Guardian

Como deporte profesional, el sumo no permite la participación de mujeres. Ni siquiera está permitido su acceso al *dohyo*, la plataforma de arcilla y balas de paja donde se celebran los combates. La religión sintoísta en que se sustenta el sumo considera impuras a las mujeres por la menstruación. Esta doctrina se ha mantenido viva a lo largo de los 2000 años de existencia del principal deporte tradicional japonés. Recientemente, un grupo de mujeres, entre las cuales había personal sanitario, subió a atender a un político que sufrió un desmayo cuando presentaba los combates. Por megafonía, se pidió repetidamente a estas mujeres que abandonasen el *dohyo*. La organización roció sal purificadora cuando las mujeres se retiraron. En otras ocasiones, mujeres en cargos públicos, que deberían participar en las ceremonias de apertura de torneos han de renunciar para no soliviantar las tradiciones. Con la cercanía de las Olimpiadas de Tokio, hay quien piensa que esta

exclusión de las mujeres podría estar cerca de su fin para reforzar la intención de convertir el sumo en deporte olímpico. En 2018, el Comité Olímpico Internacional le otorgó el reconocimiento como deporte aspirante a formar parte en un futuro de los Juegos Olímpicos, pasando así a estar incluido en la Asociación de Federaciones Deportivas Internacionales Reconocidas (ARISF). Esta es la antesala para su reconocimiento como deporte olímpico de pleno derecho.

Mientras tanto, muchos/as deportistas y especialistas han alzado la voz para dejar atrás este anacronismo discriminatorio. Los especialistas manifiestan que la participación de las mujeres se dificulta por los férreos estereotipos masculinos. Apenas hay entrenadores que puedan orientar a las jóvenes. La presencia de mujeres solo se da en el ámbito aficionado. Aun así, comienzan a promoverse clubes donde el sumo se practica solo entre mujeres o en combates mixtos. En los últimos años, han surgido clubes de sumo femenino en las universidades, como el Club de la Universidad de Asahi, al que pertenecen las jóvenes de la fotografía. Pese a esto, el sumo es muy poco practicado. En la Federación Internacional de Sumo (ISF) hay en torno a 300 jóvenes luchadoras inscritas. El primer campeonato amateur en que pudieron participar se celebró en 2001. Un nuevo frente en la larga lista de discriminación deportiva de las mujeres.

Fuente:

Justin McCurry (2018) 'It's exhilarating': Japan's female sumo wrestlers take on sexism. *The Guardian*, 19 Junio 2018.







Igualdad de género en el deporte: una panorámica de las actuaciones de las instituciones internacionales

2.1. Unesco: promoción del deporte como medio de empoderamiento de las niñas y mujeres jóvenes

La Organización de las Naciones Unidas, a través de Unesco, presta una atención destacada al deporte como instrumento para la igualdad y la mejora de las condiciones de vida de las niñas y las mujeres jóvenes. De hecho, en el marco de la Carta Internacional de Educación Física y el Deporte, adoptada en 2015 en la 38ª conferencia de la Unesco, el deporte se concibe como un derecho que debe de hacerse cumplir activamente y, además, una herramienta para la igualdad de oportunidades. Los programas desarrollados por Unesco en este campo se basan en aumentar la participación de las niñas y las mujeres en el deporte y la actividad física; luchar contra las violencias y abusos que sufren y promover avances en la igualdad y el empoderamiento.

Las líneas de actuación más recientes se apoyan en el Plan de Acción de Kazan, resultado de la Sexta Conferencia de Ministros de Deportes, MINEPS VI. El documento resultante de esta conferencia marca la agenda de actuación de la ONU en este terreno para la próxima década. Entre los cinco objetivos prioritarios que enumera el plan, el objetivo 4 hace referencia directa al deporte de las mujeres y prevé la creación de un observatorio mundial de la mujer y la actividad física y el deporte. La propuesta del Observatorio de la Unesco sobre deporte y mujer se lanzó inicialmente en la *4th World Conference on Women and Sport* -organizada por el Comité Olímpico

»» Síntesis

Los programas desarrollados por Unesco, que se apoyan en el plan de acción de Kazan, se basan en aumentar la participación de las niñas y las mujeres en el deporte y la actividad física; luchar contra las violencias y abusos que sufren y promover avances en la igualdad y el empoderamiento.

El Plan de Acción de Kazan hace referencia en sus objetivos al deporte de las mujeres y prevé la creación de un observatorio mundial de la mujer y la actividad física y el deporte.



La UE, desde el tratado de Niza (2000), antepone a la propia práctica deportiva los valores que esta contiene y recomienda a los países miembros llevar a cabo políticas que asuman sistemáticamente esta dimensión sociopolítica del deporte.

Internacional- que se realizó en Kamamoto (Japón) en 2006. En esta conferencia, se desplegaba toda una batería de líneas de actuación sobre el deporte de las mujeres, entre ellas se encontraba el observatorio como medio de información y transmisión de buenas prácticas para la igualdad en el deporte.

Estas buenas prácticas se han probado ya en numerosos proyectos de cooperación al desarrollo basados en el deporte e impulsados por Unesco. Así, entre otros muchos ejemplos, a través del programa “Nadando hacia el futuro”, las jóvenes indonesias han seguido un entrenamiento de natación para prepararlas mejor en caso de Tsunami. Esta falta de capacidad para la natación perjudicó a las mujeres y niñas en el maremoto de 2004. También las mujeres afganas han visto la creación de una red, compuesta por 97 organizaciones no gubernamentales que trabajan en el empoderamiento de las mujeres a través del deporte; para ello han puesto en marcha un programa de participación de las niñas en edad escolar para potenciar su actividad física, mejorar su confianza y la toma de conciencia en sus derechos. Aunque de alcance limitado, este tipo de programas resultan una muestra viva de las posibilidades del deporte en el campo de la igualdad.

2.2. La Unión Europea y la igualdad de género en el deporte

La Unión Europea (UE) interpreta el deporte como “un instrumento de educación basado en una ética de *fair play*, de igualdad de oportunidades y de recompensa del mérito deportivo. El deporte es también un instrumento de democracia social que facilita la integración de los grupos desfavorecidos y la lucha contra el racismo y la xenofobia.” Esta definición, establecida en el Tratado de Niza en 2000, pone por delante de la propia práctica deportiva los valores que esta contiene y recomienda a los países miembros llevar a cabo políticas que asuman sistemáticamente esta



dimensión sociopolítica del deporte. Desde este enfoque no basta con promocionar actos aislados, sino que hace falta estructurar y visibilizar esta dimensión política y potenciar la acción de aquellas instituciones que colaboran en ello. Una de las formas privilegiadas que el Consejo de Niza aconseja para concretar esta intención es fomentar un deporte para todas las personas, algo que demanda la ciudadanía y que puede potenciar el ideal democrático del deporte.

Los precedentes sobre la igualdad de género en el deporte en el marco de la UE cuentan con una larga tradición, que se despliega en los últimos treinta años. En 1987, el Parlamento Europeo aprobó una resolución *-Resolution on Women and Sport doc.A 2-32/87/rev-* que inauguraba esta preocupación por la igualdad en el deporte. A lo largo de la década de 1990, sobre todo a partir de la celebración de la Conferencia de Brighton sobre mujer y deporte² en 1994, las instituciones de la UE establecieron diferentes resoluciones y programas que han avanzado lentamente en el terreno de la igualdad de género en el deporte.

Centrándonos en la última década, la UE ha intensificado sus actuaciones en este campo. En diciembre de 2013, se celebró en Lituania la Conferencia de la UE sobre Igualdad de Género, con el objetivo de crear un plan para conseguir avances concretos de cara a 2020.

² La Conferencia de Brighton sobre mujer y deporte ocupa un lugar central en la cronología de la igualdad en el deporte. Su fama se debe a la multiplicidad de actores que la organizaron -el British Sports Council, el Comité Olímpico Internacional, la Plataforma de Acción de Pekín- y a la ratificación posterior por la UNESCO y otras muchas organizaciones mundiales. La conferencia dio entre sus frutos la Declaración de Brighton sobre mujer y deporte, que avanzó recomendaciones de políticas de igualdad en el deporte que han servido de guía a las instituciones europeas y organismos multinacionales, y el grupo de trabajo internacional sobre mujer y deporte (IWG), que sigue constituyendo una de las redes de mayor influencia en el terreno de la igualdad en el deporte. Cada cuatro años el IWG organiza la IWG World Conference, a la que asisten cientos de delegados y delegadas de todas las organizaciones y naciones firmantes de la Declaración de Brighton. La actual secretaria del IGW (2018-2022) radica en Nueva Zelanda, donde se celebrará en 2022 la VIII Conferencia Mundial del IWG.

Los precedentes sobre la igualdad de género en el deporte en el marco de la UE cuentan con una larga tradición.

En diciembre de 2013, se celebró la Conferencia de la UE sobre Igualdad de Género, con el objetivo de conseguir avances concretos de cara a 2020. En este período se han incrementado las acciones, que implican a distintos actores, y tienen el objetivo de mejorar y difundir la igualdad de la mujer en el deporte en toda la UE.



Para la confección de dicho plan se convocó a los principales actores del mundo asociativo, *think tanks* y grupos de trabajo que investigan en el campo de la igualdad, como la red *European Woman and Sport (EWS)*. Esta ha sido la base para desarrollar en el marco de la UE estrategias sobre igualdad de género en el deporte para el período 2014-2020. En este período se han incrementado las acciones, implicando a actores gubernamentales y no gubernamentales, asociaciones y empresas, para emprender programas sociales, mejoras educativas, cambios legislativos e investigaciones que mejoren y difundan la igualdad de la mujer en el deporte en toda la UE. Un balance pormenorizado de esta estrategia 2014-2020 puede encontrarse en el documento *Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014-2020*, presentado en 2014 y que, entre otros contenidos, incluye las líneas de acción y objetivos para 2020, medios de difusión de las propuestas de acción y herramientas para el diseño de planes de igualdad en el deporte de cara a su aplicación en los países miembros.

La UE señala las líneas a partir de las cuales se podrían arbitrar medidas y programas: 1) igualdad de género en los órganos de toma de decisiones; 2) representación equitativa en los niveles técnico-deportivos; 3) lucha contra la violencia de género en el deporte; 4) lucha contra los estereotipos de género en el deporte.

La UE no fija un modelo de plan de igualdad para aplicar en cada país, pero señala las siguientes líneas a partir de las cuales se podrían arbitrar medidas y programas:

1. Igualdad de género en la representación en órganos de toma de decisiones.
2. Representación equitativa en el nivel de cargos técnico-deportivos, entrenadores y entrenadoras, así como en el campo de la enseñanza en el deporte.
3. Lucha contra la violencia de género en el deporte y papel del deporte en la prevención de este tipo de violencia.
4. Lucha contra los estereotipos negativos de género en el deporte y promoción de modelos positivos desde los medios de comunicación.

A partir de estas cuatro prioridades, se fijan unos objetivos para cada una de ellas que deberían alcanzarse de cara a 2020. Así, en la prioridad 1 de igualdad en la presencia de mujeres en cargos directivos y federaciones deportivas, se preconizan los objetivos siguientes:

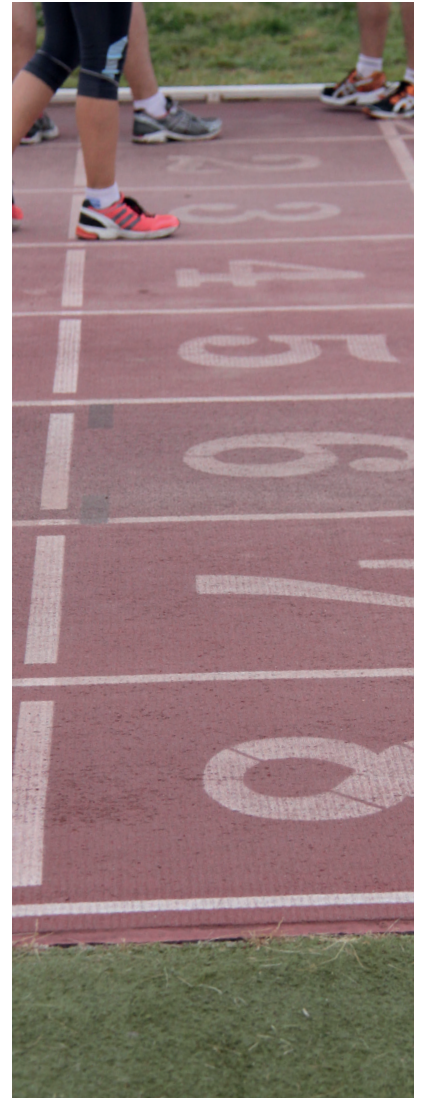
- Alcanzar un mínimo del 40% de mujeres y hombres en juntas ejecutivas y comités de organismos nacionales de gobierno deportivo y del 30% en representación en federaciones deportivas internacionales.
- Alcanzar un mínimo del 40% de cargos femeninos en la gestión de las administraciones deportivas y organismos deportivos gubernamentales.
- Todos los órganos rectores del deporte deben tener una política de igualdad de género asociada a un plan de acción.

En la prioridad 2, que se basa en la importancia de los cargos técnicos de los equipos, se proponen los siguientes objetivos:

- Alcanzar un mínimo del 40% de mujeres y hombres como entrenadores/as voluntarios/as y profesionales.
- Alcanzar un mínimo del 30% de mujeres y hombres como entrenadores/as en las selecciones nacionales de cada deporte.
- Incluir contenidos sobre igualdad de género en la formación del personal técnico deportivo y de entrenamiento.

En la prioridad 3, que aborda las altas tasas detectadas de violencia de género y acoso en el deporte, se proponen los objetivos siguientes:

- Crear una estrategia nacional específica que incluya un marco legal y un plan de acción.
- Diseñar herramientas preventivas y servicios de apoyo para víctimas.
- Implementar políticas operativas de recursos humanos para profesionales y personas voluntarias, incluida la cooperación europea respecto a los sistemas de selección de entrenadores/as para evitar las actividades transfronterizas de los perpetradores de violencias.





- Elaborar programas de información entre los atletas para su capacitación contra posibles abusos en el deporte y la sociedad. Igualmente, proporcionar capacitación a los entrenadores para evitar que se involucren en la violencia de género y actuar de la manera correcta para prevenir la violencia.

En la prioridad 4, relativa al avance de la igualdad deportiva en el ámbito de los medios de comunicación, se plantea:

- Lograr una representación equitativa entre mujeres y hombres en los medios de comunicación deportivos como medio de reducir los estereotipos ligados a las mujeres en el deporte.
- Incrementar hasta el 30% de la cobertura de noticias en los medios en cuanto al deporte femenino, con el objetivo a largo plazo de alcanzar el 40%.
- Alcanzar el 30% en el equilibrio de género entre los y las profesionales que trabajan en los departamentos de medios deportivos con cobertura europea.

Para cada grupo de prioridades y objetivos (los cuales detallamos en el texto central), el informe *Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014–2020*, recomienda acciones y las ilustra con casos de éxito que se han concretado ya en diferentes países europeos.

Para acercarnos a la situación española en cuanto al posible cumplimiento de los mencionados objetivos 2020, presentamos los datos extraídos del proyecto *All In!*

Para cada grupo de prioridades y objetivos, el informe citado *-Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014–2020-* recomienda acciones y las ilustra con casos de éxito que se han concretado ya en diferentes países europeos.

Para acercarnos a la situación española en cuanto al posible cumplimiento de los mencionados objetivos 2020, presentamos los datos extraídos del proyecto *All In!*³, que recopila indicadores deportivos de los países europeos y cubre buena parte de los indicadores contenidos en los objetivos mencionados. La tabla se completa con otros indicadores basados en datos de otras fuentes españolas y valencianas.

³ *All In!* es un proyecto conjunto entre la Unión Europea y el Consejo de Europa que recoge datos en 18 países europeos sobre seis campos estratégicos para el avance de la igualdad de las mujeres en el deporte -liderazgo, técnicas y entrenadoras, nivel de práctica deportiva, violencia de género, medios de comunicación y políticas que aborden la igualdad de género en el deporte-. Actualmente es la fuente de información más exhaustiva sobre estos aspectos en Europa.



Grado de feminización en diferentes indicadores deportivos en el deporte en España y en la Comunitat Valenciana	
	% Mujeres
Cargo de presidencia en federaciones nacionales deportivas olímpicas	4%
Cargo de vicepresidencia en federaciones nacionales deportivas olímpicas	13%
Cargos ejecutivos de federaciones nacionales deportivas olímpicas	15%
Miembros Comité Olímpico Internacional	20%
Consejo Superior de deportes: cargos de gestión	46%
Federaciones que han establecido planes o medidas específicas de igualdad	22%
Federaciones nacionales sin medidas para prevenir violencia-acoso	41%
Periodistas acreditados en Olimpiadas Río	15%
Entrenadoras registradas en federaciones olímpicas	29%
Entrenadoras registradas en federaciones olímpicas (Alto rendimiento)	19%
Entrenadoras en equipos en campeonatos universitarios (2018)***	20%
Entrenadoras en equipos en campeonatos de edad escolar (2018)***	28%
Participación de entrenadoras en medidas formativas en ámbito federativo *** (2017)	24%
Deportistas federadas España (2018)***	23%
Deportistas federadas CV (2018)***	20%
Deportistas en federaciones de deporte con discapacidades. España***	25%
Deportistas en federaciones de deporte con discapacidades (CV)***	28%
Alumnado matriculado en ciclos formativos de FP (actividades físicas y deportivas) ciclo medio y superior*	20%
Alumnado matriculado en estudios de grado en actividad física y deportes en universidades. públicas**	22%
Alumnado matriculado en enseñanzas de régimen especial: Técnico Deportivo Grado medio**	14%
Alumnado matriculado en enseñanzas de régimen especial: Técnico Deportivo Grado Superior**	9%
Profesoras en centros de enseñanza de técnicos deportivos**	15%
Profesoras en Dpto. Educación Física y Deporte (Universitat de València****)	13%
Profesoras en Departamento Didáctica música, plástica y corporal en la Facultad de Magisterio de la Universitat de València****	37%

Fuente:
 - All In!: Towards gender balance in sport. Spain gender equality in sport leaflet 2019
 * Datos y cifras. Curso escolar 2019-2020, Ministerio Educación y Formación Profesional (2018-19)

** Estadísticas Universitarias, Ministerio Educación y Formación Profesional (2018-19)
 *** CSD. Deportedata
 **** Anuario de datos estadísticos de la Universitat de València

KEM Valencia
Día de la Mujer... ¡Deportista!

Asociación Deportistas.com
DIPUTACIÓ DE VALÈNCIA
Despatxos Esportius





El diagnóstico global que resalta el propio informe *All In* es que el “deporte español está gobernado por hombres”. Los esfuerzos del Consejo Superior de Deportes (CSD) y del Comité Olímpico Internacional (COI) por implantar planes de igualdad o cuotas en la institución han supuesto avances, pero la masculinización en las federaciones, la escasez de entrenadoras -sobre todo en la elite deportiva-, la masculinización de los medios de comunicación y el bajo porcentaje de alumnas matriculadas en carreras ligadas a la actividad física y el deporte, dificultan mucho alcanzar los resultados previstos para 2020.

La situación de la igualdad de género en el deporte en buena parte de Europa presenta realmente un panorama muy oscuro. El CSD evaluó los datos de *All in!* como muy positivos y difundió una nota de prensa en octubre de 2019 en la que situaba a España en los primeros puestos europeos en este terreno, tras Francia y Finlandia. Para colocarse en esta posición de cabeza, desde el CSD parece que se han recogido solo algunos de los datos más favorables producidos por el proyecto. Sin embargo, es importante precisar que dicho informe es muy crítico con la situación de España, cuyo diagnóstico se recoge en las siguientes palabras extraídas de su informe de síntesis:

El deporte en España está gobernado por hombres. Todas las presidencias de las federaciones deportivas olímpicas nacionales, excepto vela, están presididos por hombres. El número de mujeres vicepresidentas de federaciones representan solo el 13%. El Comité Olímpico Español es una excepción porque, aunque está presidido por un hombre, existe un equilibrio paritario entre sus vicepresidencias. El 25% de los miembros de la junta de las federaciones son mujeres. Las entrenadoras registradas femeninas

El diagnóstico global que resalta el propio informe *All In!* es que el “deporte español está gobernado por hombres”. Los esfuerzos del Consejo Superior de Deportes (CSD) y del Comité Olímpico Internacional (COI) por implantar planes de igualdad o cuotas en la institución han supuesto avances, pero aspectos como la masculinización en las federaciones y de los medios de comunicación, la escasez de entrenadoras y el bajo porcentaje de alumnas en carreras ligadas a la actividad física y el deporte, dificultan mucho alcanzar los resultados previstos para 2020.



En el diagnóstico del informe *All in!*, es elogiada la actividad del CSD hacia la igualdad, pero el papel de las federaciones deja mucho que desear. Es necesario tomar conciencia de las limitaciones para poder afrontarlas.

representan el 29% y las entrenadoras de nivel elite empleadas el 19%. Las medidas adoptadas para mejorar la situación han sido mixtas. Solo el 22% de las federaciones tiene planes específicos para avanzar hacia la igualdad entre mujeres y hombres en el deporte. Aunque el 59% de las federaciones sí tiene un plan de acción para prevenir y combatir la violencia de género y el 41% ha tomado alguna medida en esta área. El 74% de las federaciones ha tomado medidas para lograr un mejor equilibrio de género entre sus entrenadores y el 82% ha tratado de aumentar el número de niñas y mujeres físicamente activas. Tanto el Consejo Superior para el Deporte como el Comité Olímpico han estado activos en casi todas las áreas de trabajo para lograr la igualdad de género en el deporte (pag. 8).

En el diagnóstico del informe *All in!*, es elogiada la actividad del CSD hacia la igualdad, pero el papel de las federaciones deja mucho que desear. Es necesario tomar conciencia de las limitaciones para poder afrontarlas.

2.2.1.- Programas y recursos impulsados por la UE

Para la consecución de los objetivos nacionales 2020, la Unión Europea garantiza un marco conjunto para todos los países europeos de cara a: crear medidas de sensibilización hacia la igualdad y de difusión de dichas ideas entre la opinión pública; crear redes de trabajo y partenariados; promover investigación y evaluación de programas y medidas favorecedoras de la igualdad; divulgar una perspectiva integral de género pues la igualdad no se alcanza con acciones aisladas y, finalmente, colaborar en la financiación de las medidas que puedan hacer avanzar en los objetivos 2020 y mejorar la igualdad.



En este sentido, la fuente principal de financiación es el programa Erasmus+Sport. Este programa lanza convocatorias anuales para financiar proyectos elaborados por diferentes actores del mundo deportivo (sector público, empresas, tercer sector), sin ánimo de lucro y, preferiblemente, en partenariat. La prioridad del programa es el deporte de base. La web de Erasmus+Sport puede aportar más información de cara a la organización y financiación de proyectos. En la convocatoria de 2018, se seleccionaron 260 proyectos con un presupuesto total de 50 millones de euros. La lista de proyectos seleccionados en 2018 puede consultarse en la web de Erasmus+Sport y en el compendio de 2018. Un ejemplo de estos programas, generalmente con una financiación considerable y que implica a diferentes países, puede verse a continuación en la ficha 3.

Además de la financiación de proyectos, la Comisión Europea cuenta con una serie de iniciativas que buscan aprovechar los valores sociales del deporte y que se desarrollarán en todos los países de la UE y en algunos países asociados. Las iniciativas principales actualmente son:

- #BeActive awards
- #BeInclusive Sport Awards
- EU Sport Forum
- European Week of Sport
- Erasmus+ Sport Info Day

Para la consecución de los objetivos nacionales 2020, la UE garantiza un marco conjunto para todos los países europeos de cara a desarrollar las medidas necesarias para avanzar hacia la igualdad en el deporte. La fuente principal de financiación es el programa Erasmus+Sport.

Además de la financiación de proyectos, la Comisión Europea cuenta con una serie de iniciativas que buscan aprovechar los valores sociales del deporte.

Ficha 3

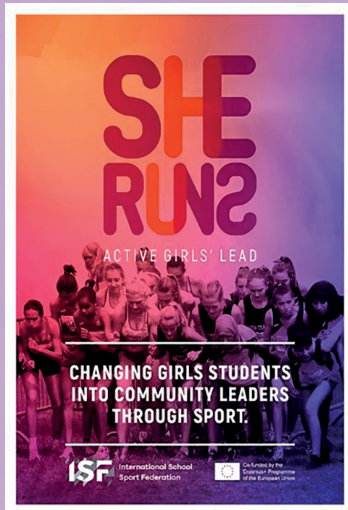
She Runs – Active Girl’s Lead **(Unión Europea)**

She Runs -Active Girl’s Lead es un proyecto encabezado por la *International School Sport Federation (ISF)* y financiado por Erasmus+Sport. La ISF es una organización deportiva internacional sin ánimo de lucro que organiza actividades deportivas de base para jóvenes de 13-18 años. Es una organización reconocida por el Comité Olímpico Internacional (COI) por su promoción de la educación a través del deporte.

La ISF concibe el deporte como “una herramienta de emancipación para ayudar a las jóvenes a crecer y abrirse al mundo” y trata de revertir la tendencia de abandono deportivo de las chicas que se produce en la adolescencia. La ISF les ofrece “la oportunidad de ser activas y descubrir el mundo, otras culturas y otros estilos de vida” y aprender sobre los

impactos positivos de la actividad física sobre la salud.

La finalidad del proyecto es promover la salud, la autonomía y el liderazgo de las niñas desde la escuela. En 2019, el proyecto consistió en un evento de 4 días, en el que 500 niñas de 15 a 18 años, de 35 países, establecieron un campamento base internacional en



París. Durante esos días, el equipo técnico del proyecto trabajó sobre los valores educativos del deporte, la cultura y el espíritu empresarial de las niñas. En el programa, se incluyó una carrera de 3km, a la que se sumaron las niñas asistentes de todos los países y más de 1500 niñas de escuelas de París.

Además, de la carrera, las jóvenes participantes asistieron a conferencias en las que se repasó la historia del deporte de las mujeres y sus principales figuras. Así mismo, mujeres deportistas con trayectorias exitosas motivaron a las jóvenes en la idea de igualdad a través del deporte. Para cerrar las actividades, el último de los cuatro días estuvo destinado a la faceta emprendedora. Las chicas visitaron Station F, el campus de *start-ups* más grande del mundo, creado por Xavier Niel. En esta incubadora, 40 niñas del proyecto *She Runs-Active Girls 'Lead* -seleccionadas anteriormente por la ISF, aprendieron métodos innovadores para diseñar y llevar a cabo proyectos para combatir el sedentarismo en sus comunidades locales. Con el apoyo de expertos y expertas de la incubadora, cada una de las 40 niñas se comprometió a implementar el proyecto entre abril y septiembre de 2019. En 2021 el evento se repetirá en la ciudad belga de Bruselas.

Fuente:

-Web: <http://sheruns.eu/>

-Documento de presentación del programa “*She Runs Active Girls Lead*”



2.3. Las iniciativas del Consejo de Europa en Igualdad de Género en el deporte

El Consejo de Europa (CE) comparte la misma sensibilidad que la UE en cuanto a los problemas de igualdad de género en el deporte. En esta última década, en cuanto a igualdad y enfoque transversal de género en el deporte, pueden destacarse las siguientes entre las principales iniciativas y líneas de actuación del CE.

Desde su creación en 2007, como iniciativa del CE, el acuerdo *Enlarged Partial Agreement on Sport (EPAS)* ha tenido entre sus prioridades la igualdad de género. EPAS actúa como una plataforma internacional, que acoge a 37 países miembros y refuerza el diálogo entre los gobiernos nacionales y el mundo asociativo o las federaciones deportivas, con la finalidad de lograr un deporte más ético. Desarrolla para ello políticas, recomendaciones y buenas prácticas, que inspiran la acción de los países miembros en el campo del deporte. Entre sus iniciativas principales dedicadas a la igualdad de género, cabría mencionar la recomendación CM/Rec(2015)2, sobre enfoque transversal de género en el deporte. Esta recomendación alienta a los Estados miembros a incorporar la perspectiva de género en las políticas públicas y el mundo educativo. Para conseguir el objetivo de reducir la desigualdad estructural que sufren las mujeres no son suficientes medidas o programas aislados, sino una estrategia transversal que implique a todas las instituciones y agentes implicados en el mundo del deporte.

Este marco de trabajo generó algunas publicaciones y proyectos de gran interés. Entre las publicaciones, destaca el manual de buenas prácticas *Gender equality in sport. Women's and girls' access to sporting activities*. En la primera parte de este manual se especifican

El Consejo de Europa (CE) comparte la misma sensibilidad que la UE en cuanto a los problemas de igualdad de género en el deporte. En esta última década, en cuanto a igualdad y enfoque transversal de género en el deporte, ha desarrollado diferentes iniciativas y líneas de actuación.

Como iniciativa del CE, el acuerdo *Enlarged Partial Agreement on Sport (EPAS)* ha tenido entre sus prioridades la igualdad de género. EPAS actúa como una plataforma internacional, que acoge a 37 países miembros y refuerza el diálogo entre los gobiernos nacionales y el mundo asociativo o las federaciones deportivas, con la finalidad de lograr un deporte más ético.



Este marco de trabajo generó algunas publicaciones y proyectos de gran interés. Entre las publicaciones, destaca el manual de buenas prácticas “Gender equality in sport. Women’s and girls’ access to sporting activities.”

Entre los proyectos, sobresalen dos realizados conjuntamente con la UE: “Balance in sport: Tools to implement gender equality”, llevado a cabo en 2016, y “All In!– Towards gender balance in sport”, que cubre los años 2018 y 2019.

los principales problemas relativos a la participación deportiva de las niñas y las mujeres. En una segunda parte, se presentan un conjunto de experiencias exitosas y de buenas prácticas en países europeos, con el propósito de establecer recomendaciones para profesionales y cargos políticos de cara a avanzar en la igualdad de género en el deporte.

Entre los proyectos, sobresalen dos realizados conjuntamente con la UE: “Balance in sport: Tools to implement gender equality”, llevado a cabo en 2016, y “All In!– Towards gender balance in sport”, que cubre los años 2018 y 2019. El propósito de estos proyectos es recopilar datos sobre un conjunto de indicadores en cinco campos estratégicos para la igualdad en el deporte -liderazgo, entrenamiento, participación, medios de comunicación y violencia de género- y, además, crear herramientas y materiales concretos para promover la igualdad y el enfoque transversal de género: herramientas de sensibilización, seminarios de capacitación, biblioteca *online* de buenas prácticas y recursos para la igualdad. En *All In!*, se amplió la recogida de información a 18 países europeos.

La actividad del Consejo Europeo se completa con conferencias internacionales dirigidas a reforzar y actualizar los objetivos que se han mencionado. La última se celebró en Zagreb en octubre de 2018, con el lema *Breaking the cycle of inequality in sport*, y abordó las formas de conseguir aumentar el liderazgo de las mujeres en las instituciones deportivas y la lucha contra la violencia de género en el deporte.



2.4. Igualdad de género y deporte en España

2.4.1.- Mujer y deporte en el Consejo Superior de Deportes (CSD)

El Consejo Superior de Deportes (CSD) aprobó el Programa de Mujer y Deporte en 2005 en un momento en el que la legislación y los planes de igualdad en España se encontraban en pleno desarrollo. Este Programa pasó a vertebrar una serie de líneas de actuación dirigidas al fomento de la igualdad de género en el deporte. Entre las más destacadas cabe mencionar la convocatoria de subvenciones para programas específicos de mujer y deporte, el impulso de eventos deportivos en las CCAA, la firma de convenios de colaboración con otros organismos, la organización y participación en congresos, seminarios, cursos, así como la promoción de distintos estudios de investigación. En 2007 la Ley de Igualdad inspiró la creación de planes de igualdad, tanto en el propio CSD como en otras organizaciones deportivas, para así ajustarse a la Ley. Este impulso a la igualdad en el deporte coincidió con un periodo de aumento de los recursos económicos, lo que hizo ganar consistencia a las actuaciones.

La llegada de la crisis no frenó inmediatamente estas evoluciones positivas, que se prolongaron hasta 2010 con un prometedor plan integral de actividad física y deporte -Plan A+D-, el cual incluía una línea dedicada exclusivamente a la mujer, con objetivos ambiciosos y medidas innovadoras, acompañadas por unos recursos económicos mantenidos a pesar de la crisis. En cuanto a los objetivos principales del área de mujer del Plan A+D, se estructuraban en tres grandes áreas: introducir la perspectiva de género en los programas y proyectos elaborados por las administraciones públicas; acrecentar la participación de las mujeres en todos los niveles de la

El Consejo Superior de Deportes (CSD) aprobó el Programa de Mujer y Deporte en 2005 en un momento en el que la legislación y los planes de igualdad en España se encontraban en pleno desarrollo. Este Programa pasó a vertebrar una serie de líneas de actuación dirigidas al fomento de la igualdad de género en el deporte: subvenciones para programas específicos de mujer y deporte; eventos deportivos en las CCAA; convenios de colaboración con otros organismos; organización de congresos, seminarios, cursos; promoción de estudios de investigación.



En 2010 diseñó un plan integral de actividad física y deporte, Plan A+D. Los objetivos principales del área de mujer del Plan A+D se estructuraban en tres grandes áreas: introducir la perspectiva de género en los programas y proyectos elaborados por las administraciones públicas; acrecentar la participación de las mujeres en todos los niveles de la práctica deportiva y sensibilizar sobre la promoción de la igualdad en el deporte y su visibilidad a través de los medios de comunicación. Entre las medidas más destacadas, se proponían una variedad de actuaciones de gran alcance.

práctica deportiva y sensibilizar sobre la promoción de la igualdad en el deporte y su visibilidad a través de los medios de comunicación. Entre las medidas más destacadas, se proponían una variedad de actuaciones de gran alcance como las siguientes:

- Puesta en marcha de un 'Plan de Igualdad', llevado a cabo por el CSD en colaboración con la Secretaria de Estado de Igualdad, para incidir en las estructuras de decisión de las federaciones deportivas.
- Programa de conciliación y formación en igualdad dirigido a potenciar la presencia de las mujeres en puestos de responsabilidad en el ámbito deportivo. La visibilidad y la formación de estas mujeres serían los ejes de actuación.
- Comisión de personas expertas en deporte y género y mesa de coordinación con las actuaciones de las comunidades autónomas.
- Programas de promoción deportiva para el fomento de la participación igualitaria, concretado en realización de eventos y programas dirigidos a promover la igualdad efectiva.
- Redes potenciadoras de la participación de las mujeres en el deporte, en concreto aumentar en las federaciones deportivas las comisiones de mujer y deporte.
- Difusión y aumento de la visibilidad de las mujeres en el ámbito deportivo, a través de exposiciones, campañas, manifiestos y publicaciones específicas.
- Creación de instrumentos para la prevención de la violencia de género en el deporte, con actuaciones preventivas y la creación de materiales para su detección y erradicación.
- Medidas internas del CSD en relación con la ley de Igualdad. Adaptación de la estructura interna del CSD a los criterios definidos por la Ley de Igualdad de 2007.
- Apoyo a eventos de deporte popular saludable. Focalizar la igualdad en eventos deportivos con orientación a la salud, patrocinados por las administraciones y la sociedad civil para aumentar la repercusión mediática en torno a la igualdad.



- Iniciativas para mejorar el tratamiento del deporte femenino en los medios de comunicación. Creación de recursos y material didáctico para la sensibilización de los medios de comunicación de cara a un tratamiento adecuado y de mayor amplitud del deporte de las mujeres. Además de la erradicación de conductas no deseadas en el deporte mostradas habitualmente en los medios de comunicación.

- Campañas de sensibilización para la igualdad y la ética en entidades deportivas.

La crisis económica y su agudización a partir de 2011 limitaron la puesta en marcha de muchas de estas medidas. Desde 2010 a los momentos de mayor impacto de los recortes en 2014, el gasto en deporte⁴ disminuyó un 26% en la Administración General del Estado; un 46% en las comunidades autónomas y un 36% en la Administración Local. El deporte y la igualdad de género pasaron a un segundo plano en las preocupaciones de los gobiernos. Aún hoy, la financiación no ha alcanzado los niveles de 2010 y tan solo ha habido un ligero crecimiento entre 2015-2017. La recuperación ha sido muy leve.

Junto a los recortes, también los cambios políticos, con la llegada al gobierno del Partido Popular, cambiaron la orientación de la política de igualdad en el deporte en el periodo 2011-2018. En 2014, en la reunión del I Foro Mujer Deporte y Sociedad, presidido por la entonces directora del CSD, Ana Muñoz, se anunció la creación de una subdirección de Mujer y Deporte y se priorizó la participación de la iniciativa privada para dar impulso al Plan Integral para la Mujer en el Deporte en 2015. En este sentido, en junio de 2016 el CSD presentó su programa Universo Mujer como plan integral sobre el cual pivotaría la política de igualdad deportiva. El programa propicia la implicación de las empresas, a través de una línea generosa de deducciones fiscales sobre las cantidades invertidas en financiar eventos deportivos y otras acciones. Además de este preponderante papel de las empresas,

La crisis económica y su agudización a partir de 2011 limitaron la puesta en marcha de muchas de estas medidas. El deporte y la igualdad de género pasaron a un segundo plano en las preocupaciones de los gobiernos. Aún hoy, la financiación no ha alcanzado los niveles de 2010 y tan solo ha habido un ligero crecimiento entre 2015-2017. La recuperación ha sido muy leve. También los cambios políticos cambiaron la orientación de la política de igualdad en el deporte en el periodo 2011-2018.

⁴ El gasto liquidado en deporte por tipo de administración puede consultarse en la base de datos DEPORTEData o en el Anuario de estadísticas deportivas que elabora el Ministerio de Cultura y Deporte



Actualmente, el CSD ha renovado el Programa Universo Mujer II (2019/2021), que persigue objetivos similares a la versión anterior, priorizando la promoción y el incremento de la participación femenina en todos los ámbitos del deporte, para contribuir a la mejora y transformación social a través de los valores del deporte.

Universo Mujer II especifica 5 grandes pilares de actuación: 1) Formación como elemento de excelencia; 2) Plan de desarrollo deportivo: desde la base hasta la élite; 3) Visibilidad y promoción de la mujer en el deporte y en la sociedad, 4) Liderazgo; 5) Mujer, salud y deporte.

las principales líneas sobre las que se apoya Universo Mujer son: fomentar el liderazgo de las mujeres en el deporte; aumentar el rol femenino con mayor presencia y visibilidad; potenciar los valores y la responsabilidad de la mujer en el deporte; desarrollar medidas que mejoren la formación; actuar y promover el deporte como forma de vida. En la difusión del Programa Universo Mujer, las palabras más repetidas son liderazgo, talento, actividad económica y empresa. El patrocinio proveniente del sector privado ha cubierto en parte el vacío provocado por los recortes, a costa de sobredimensionar el deporte más visible de alta competición, que genera más visibilidad para sus estrategias de marketing basadas la Marca España aplicada al deporte.

Actualmente, en el marco de una relativa parálisis de las iniciativas sobre igualdad en el deporte, debida a la inestabilidad política en la formación de los gobiernos el CSD ha renovado el Programa Universo Mujer II. Este programa persigue objetivos similares a la versión anterior, priorizando la promoción y el incremento de la participación femenina en todos los ámbitos del deporte, para contribuir a la mejora y transformación social a través de los valores del deporte. El periodo de vigencia del programa Universo Mujer II se extiende del 1 de enero de 2019 hasta el 31 de diciembre de 2021.

La declaración como Acontecimiento de Excepcional Interés Público (AEIP) del Programa Universo Mujer II sigue permitiendo la obtención de importantes beneficios fiscales a aquellas empresas que colaboren con la difusión del programa y realicen aportaciones económicas y patrocinio de actividades deportivas. Universo Mujer II especifica 5 grandes pilares de actuación:

1. Formación como elemento de excelencia
2. Plan de desarrollo deportivo: desde la base hasta la élite
3. Visibilidad y promoción de la mujer en el deporte y en la sociedad
4. Liderazgo
5. Mujer, salud y deporte



Por otra parte, la Subdirección General Mujer y Deporte del CSD lanza anualmente una convocatoria de ayudas a Federaciones Españolas para potenciar el papel de las mujeres. También lanza una segunda convocatoria dirigida a deportistas que han sido madres recientemente. Asimismo, se prosigue con la formación de docentes en educación física para la promoción de prácticas igualitarias. Para finalizar, el CSD ha recuperado en 2019 la convocatoria de becas para investigación sobre deporte, que no se convocaba desde 2012, y que será gestionada por la Subdirección General Mujer y Deporte.

Para concluir este apartado, es necesario mencionar el anteproyecto de Ley del Deporte aprobado en febrero de 2019, que contiene un refuerzo de competencias del CSD para crear programas específicos para el fomento de la igualdad efectiva en la actividad física y el deporte. El anteproyecto tiene una presencia muy extensa de los temas ligados a igualdad de género:

- en el apartado 2 del preámbulo se explicita la necesidad de abordar la prevención de situaciones de discriminación o violencia de cualquier clase;
- en el apartado 4 se plantea la lucha contra la violencia hacia las mujeres en el deporte y los estereotipos por cualquier razón;
- en el apartado 5 se incluye la obligación de realizar un informe anual de igualdad por parte de las federaciones deportivas españolas;
- en el apartado 6 se obliga, asimismo, a las federaciones deportivas a contar con un protocolo de actuación para situaciones de discriminación por razón de sexo;
- en el apartado 7 se apunta la necesidad de favorecer medidas para una mayor visibilidad en los medios de comunicación de los eventos deportivos de categoría femenina;
- en el apartado 8 se obliga a las federaciones y las ligas profesionales a elaborar un plan específico de conciliación, con medidas concretas de protección

Es importante mencionar el anteproyecto de Ley del Deporte aprobado en febrero de 2019, que refuerza las competencias del CSD para crear programas específicos para el fomento de la igualdad efectiva en la actividad física y el deporte. En el anteproyecto tienen una considerable presencia los temas ligados a igualdad de género.



en los casos de maternidad y lactancia, que serán también aplicables a las entidades deportivas;

- en el apartado 9 se hace referencia a la igualdad de premios entre ambos sexos en los eventos deportivos que se organicen con participación de fondos públicos.

Las y los especialistas en derecho deportivo se felicitan por estos avances en el anteproyecto de Ley del deporte, pero insisten en que es necesario que esta no suponga un mero reflejo de cuestiones que ya se avanzaban en la ley de igualdad de 2007 y que se aproveche la oportunidad para hacer reformas de calado que aborden un tratamiento integral para eliminar la discriminación salarial por razón de sexo en el deporte. El nuevo gobierno nombrado en 2020 debería dar el impulso al anteproyecto y sería deseable que concluyese con rapidez el recorrido de aprobación de la Ley.

La Ley 2/2011 del deporte y la actividad física de la Comunitat Valenciana, no incluía referencias a la igualdad de género. En 2015, se añadió a la ley un mandato explícito, que abordaba la cuestión de la igualdad y la promoción de la perspectiva de género en el deporte. En 2016 se agregó el artículo 65.4, referido a la obligación para las federaciones deportivas de incluir en la composición de su junta directiva al menos un 40% de personas de cada sexo.

2.4.2.- Iniciativas de la Direcció General d'Esports de la Generalitat Valenciana

La Ley 2/2011 del deporte y la actividad física de la Comunitat Valenciana, aprobada en 2011, no incluía en sus inicios referencias a la igualdad de género. Preconizaba erradicar las discriminaciones del deporte, pero no contenía ninguna mención específica al deporte de las mujeres. En 2015, se añadió a la ley un mandato explícito -que se recogía en el artículo 19.3- que abordaba la cuestión de la igualdad y la promoción de la perspectiva de género en todos los aspectos del deporte. En 2016, se agregó el artículo 65.4, referido a la obligación para las federaciones deportivas de incluir en la composición de su junta directiva al menos un 40% de personas de cada sexo.



En forma de Decreto (2/2018) se regularon en ese año las entidades deportivas en la Comunitat Valenciana. El capítulo II recoge una sección específica dedicada a la igualdad entre hombres y mujeres, que incorpora 3 artículos dirigidos a actuar en pro de la igualdad de género en el deporte. El artículo 7, dedicado a programas deportivos y planes de acción positiva, obliga a las entidades deportivas a incorporar en sus programas medidas adecuadas para la igualdad entre mujeres y hombres. Para ello se crearán programas específicos y planes especiales de acción positiva para la igualdad.

El artículo 8, está orientado a conseguir la igualdad en órganos de representación y gobierno de las entidades deportivas. En este caso se valorará positivamente la presencia equilibrada de mujeres y hombres en sus órganos de funcionamiento en las convocatorias de ayudas, subvenciones, premios o cualquier forma de financiación pública de la Generalitat. En este mismo artículo se recoge la obligación que impone el artículo 65.4 de la Ley del deporte de que las juntas directivas de las federaciones deportivas tengan presencia de, al menos, un 40 % de cada sexo.

Finalmente, en el artículo 9, que concreta el reconocimiento de políticas de igualdad en el deporte, se propone crear un distintivo y/o premios para reconocer aquellas entidades que destacan por la aplicación de políticas de igualdad.

Estos artículos se han aplicado ya en los baremos de diferentes ayudas para el fomento del deporte federado, en las subvenciones a las entidades locales y a las entidades sin ánimo de lucro, así como en las ayudas a la realización de acontecimientos deportivos. En la línea de las recomendaciones del Consejo Superior de Deporte, la Direcció General d'Esport ha instado a las federaciones a crear planes de igualdad para su gestión, usar un lenguaje no sexista e implantar protocolos contra el abuso sexual.

En 2018 se regularon las entidades deportivas en la Comunitat Valenciana. El Decreto 2/2018 recoge una sección específica dedicada a la igualdad entre hombres y mujeres en el deporte. Obliga también a las entidades deportivas a incorporar en sus programas medidas para la igualdad entre mujeres y hombres; prevé la creación de programas específicos y planes especiales de acción positiva para la igualdad; persigue la igualdad en los órganos de representación y gobierno de las federaciones y propone la creación de un distintivo o unos premios para entidades que destaquen en la aplicación de políticas de igualdad.



La Direcció General d'Esport ha participado en diferentes iniciativas relacionadas con la igualdad y el deporte de las mujeres. Ciñéndonos a estos dos últimos años, podemos señalar la coordinación de la Iª Jornada Dona i Esport, organizada por la Universitat de València en mayo de 2018 y también numerosas acciones de formación en igualdad dirigidas a personal técnico y directivo de federaciones.

Más concretamente, en las ayudas dirigidas al fomento del deporte federado y a los programas de tecnificación deportiva se valora con una mayor puntuación a los proyectos solicitantes que cuenten con más elevada participación de mujeres en su junta directiva. Igualmente, cuando hayan puesto en marcha planes de no discriminación y de prevención-detección del acoso sexual en el deporte. También se otorga puntuación suplementaria a la hora de obtener subvenciones a los torneos deportivos que fomenten la participación de selecciones femeninas. Asimismo, en las bases reguladoras de las subvenciones destinadas a entidades locales que organizan la actividad de Jocs Esportius de la Comunitat Valenciana, se introduce en el baremo la participación de chicas en deportes tradicionalmente masculinos y viceversa. Igualmente, se establece como criterio de valoración que la entidad solicitante cuente con experiencia en materia específica de igualdad de género y en la implantación de planes de igualdad. Finalmente, en la subvención de acontecimientos deportivos especiales se valora que estos fomenten la participación en categoría femenina. Todas estas medidas han permitido ya financiar actividades orientadas a mejorar la igualdad de género.

En la web de la Direcció General d'Esport, se recoge un apartado destinado a mujer y deporte, donde se ofrece información y documentación sobre iniciativas nacionales del CSD y de otras comunidades autónomas en este terreno. Con objeto de contar con información desagregada por sexo, la Direcció General d'Esport considera prioritaria la creación de indicadores que permitan diseñar medidas futuras en pro de la igualdad de género y en la superación de estereotipos.

Por otra parte, la Direcció General d'Esport ha participado en diferentes iniciativas relacionadas con la igualdad y el deporte de las mujeres. Por acotarlas a estos dos últimos años, podemos señalar su papel en la coordinación de la Iª Jornada Dona i



Esport, organizada por la Universitat de València en mayo de 2018. También se han realizado acciones de formación en igualdad dirigidas a personal técnico y directivo de federaciones, así como diferentes acciones para visibilizar el deporte de las mujeres.

2.4.3.- Medidas sobre mujer y deporte desde el Ayuntamiento de Valencia

Para cerrar esta descripción de los diferentes niveles territoriales y su atención a las políticas de igualdad de género en el deporte, mencionamos al Ayuntamiento de Valencia y, en concreto, a la Fundación Deportiva Municipal (FDM), que se ocupa de las competencias municipales en el deporte. Aunque los responsables municipales son conocedores de la importancia de la práctica deportiva de las mujeres y de la necesidad de avanzar en igualdad, no existe ningún plan específico en esta materia.

No obstante, el Ayuntamiento subvenciona y participa en eventos deportivos femeninos y promociona el deporte femenino de alta competición, auspiciando torneos nacionales e internacionales -tenis, waterpolo o hockey sobre hierba, entre los más recientes-. Por citar solo algunos ejemplos llevados a cabo en 2019, podemos mencionar la realización del documental “Campeonas sin Límites”; en el que se narran las dificultades de las mujeres deportistas de alto nivel para alcanzar sus logros y las variadas discriminaciones deportivas que sufren. El documental ha sido patrocinado por la FDM y se presentó en marzo de 2019 en Valencia. Otro documental anterior, presentado en 2016 -“Campeonas invisibles”-, trataba ya los obstáculos de las mujeres en el deporte de alta competición.

Igualmente, la FDM promueve las jornadas “Va de Dona” dedicadas al deporte de la pelota valenciana, en las que se busca dar visibilidad a las mujeres pilotaris mediante competiciones y conferencias. La 3ª edición de estas jornadas se celebró en febrero de 2019.

En el Ayuntamiento de València, las competencias municipales en el deporte se desarrollan principalmente a través de la Fundación Deportiva Municipal (FDM).

No existe ningún plan municipal específico en esta materia. No obstante, el Ayuntamiento subvenciona y participa en eventos deportivos femeninos y promociona el deporte femenino de alta competición, auspiciando torneos nacionales e internacionales.



En 2019 la FDM patrocinó el documental “Campeonas sin Límites”, en el que se narran las dificultades de las mujeres deportistas de alto nivel para alcanzar sus logros y las discriminaciones deportivas que sufren. Otro documental anterior, presentado en 2016 -“Campeonas invisibles”-, trataba ya los obstáculos de las mujeres en el deporte de alta competición. Igualmente, la FDM promueve las jornadas “Va de Dona”, en las que se busca dar visibilidad a las mujeres pilotaris.

Asimismo, la FDM está presente en diferentes eventos solidarios que tienen como foco el deporte y los problemas de las mujeres.

Asimismo, la FDM está presente en diferentes eventos solidarios que tienen como foco el deporte y los problemas de las mujeres. Dos ejemplos de estos eventos son la “Carrera de la Mujer Central Lechera Asturiana 2019”, para recaudar fondos dirigidos a la lucha contra el cáncer de mama y, también, la marcha contra la violencia de género.

Con una proyección deportiva más marcada, aunque sin perder la dimensión solidaria y los valores de la igualdad, el apoyo de la FDM a la carrera 10KFem de València supone también un momento de visibilización de las mujeres en el deporte. Esta carrera, está organizada por uno de los clubes incluidos en el presente estudio. Además de estas actividades que aúnan explícitamente deporte e igualdad de las mujeres, en la ciudad de Valencia se celebran anualmente un buen número de campeonatos y ligas de diferentes deportes protagonizados por mujeres.

En 2017, Valencia fue una de las primeras ciudades en acoger el “Tour mujer, salud, deporte”, que impulsa el deporte entre las mujeres y finalmente, la intención de la concejalía es crear una línea de mujer y deporte en el plan estratégico del deporte en la ciudad de Valencia. También se entregan premios al mérito deportivo en clubes que apoyan el deporte de las mujeres.

Ficha 4

Redinamización del barrio de Molenbeek a través del fútbol femenino (Bélgica)

Tras los atentados en el metro y en el aeropuerto de Bruselas el 22 de marzo de 2016, las televisiones de todo el mundo mostraron las imágenes del barrio de Molenbeek donde mediante un enorme despliegue policial se buscaba a los terroristas. Esta zona de Bruselas entraba ya en el estereotipo de barrio con mucha presencia inmigrante y dificultades sociales. A partir de los atentados, cargaría también con ser la zona donde se ocultaron los autores de los atentados. Para evitar este riesgo de estigmatización se han realizado diversas actuaciones, la que aquí destacamos tiene como protagonistas a las mujeres jóvenes que practican fútbol en el club RWDM Girls. Aunque no es el único club del barrio, la cantidad de mujeres inscritas, su multiculturalidad y sus acciones para revitalizar Molenbeek, y transmitir un mensaje de paz, son los aspectos que convierten al club en un buen ejemplo de integración e igualdad.

Tres de sus jugadoras -Dounia, Mounia y Soraya- han protagonizado el documental *Play and Peace* realizado en el marco del proyecto Play-4-Peace que se basa en el deporte para promover valores de cohesión social y paz. Proyecto patrocinado por la UNESCO y la Fundación Rey Balduino. En el documental, las jugadoras intentan ir más allá de los prejuicios a través de la práctica del fútbol y resaltan los desarrollos positivos en el barrio de Molenbeek donde se



© Frederic Pauwels/Collectif HUMA

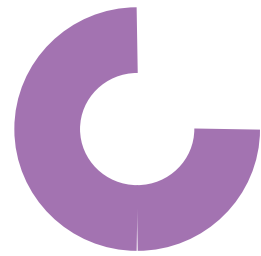
instala su club. Las chicas del RWDM Girls han participado también en el proyecto Cruyff Court que se desarrolla en Holanda y que persigue crear instalaciones deportivas que promuevan la práctica deportiva.

Más allá del mensaje social de RWDM Girls, los éxitos deportivos acompañan al club. Es el de mayor crecimiento en Bélgica con 300 inscritas, de 24 nacionalidades diferentes, en 2018.

Fuente:

- Derenne, Laure (2019) A Molenbeek, le football contre la stigmatisation. *Le Monde*, 11-6-2019.
- Documental Play and Peace









Análisis de datos estadísticos: Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD 2015) y *Eurobarometer Sport and Physical Activity*

Para realizar la descripción de los datos disponibles sobre la práctica deportiva, con el propósito de ofrecer una visión amplia, en la realización del presente estudio hemos acudido a diversas fuentes. Esta decisión se debe también, en cierta medida, a la fragmentación de la información estadística sobre la práctica deportiva. Como se podrá leer en una de las recomendaciones del presente trabajo, es necesario contar con una fuente de datos que ofrezca una perspectiva lo suficientemente amplia y que reúna aquellos aspectos que pueden resultar de interés para la elaboración de diagnósticos en relación a la práctica deportiva de la población, especialmente de las mujeres. Por este motivo antes de pasar a la descripción de los principales resultados, dedicamos un espacio a comentar con más detenimiento esta cuestión.

En este apartado analizaremos la práctica deportiva de las mujeres considerando las tres fuentes más recientes que aportan datos al respecto. En primer lugar, los datos de la EHD 2015 como fuente más reciente que permite analizar la situación de la Comunitat Valenciana gracias a la desagregación regional de la EHD 2015; en segundo lugar, los datos del Eurobarometer de la Unión Europea. En tercer lugar, haremos una breve referencia a la Encuesta Nacional de Salud, que permite también sondear la actividad física y el sedentarismo.



Síntesis

Con el propósito de ofrecer una visión amplia del nivel de práctica deportiva en la Comunitat Valenciana, hemos acudido a diversas fuentes estadísticas. Existe una considerable fragmentación de la información sobre la práctica deportiva.



Medir y estimar la práctica deportiva de la población es complejo. Entre otras cuestiones, en ocasiones es difícil delimitar qué actividades podemos considerar como deporte.

La Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) es la principal fuente. En 2015 hubo un cambio en la pregunta más relevante y en el muestreo, lo que dificulta seguir la serie.

3.1. Las divergencias en la medición de la práctica deportiva

La medida de la práctica deportiva es una cuestión compleja. La propia definición de deporte está rodeada de cierta ambivalencia. A veces se solapa con la de actividad física, con otras actividades de tiempo libre que tienen un componente físico como el baile, la caza, la pesca, la jardinería o montar en bicicleta. También andar es, en algunos casos, dependiendo de la intensidad, interpretado como actividad deportiva o como ejercicio (y medido aparte).

La fuente más importante para medir la práctica deportiva en España es la Encuesta de Hábitos Deportivos 2015 (EHD). Esta encuesta se vino realizando desde los años 80 hasta 2014, con una periodicidad quinquenal y con algunos cambios en el cuestionario en cada oleada. Dado que la pregunta sobre práctica y frecuencia de deporte se mantuvo invariable a lo largo de este periodo, esto permitió tener una serie cronológica larga para seguir la evolución de los hábitos deportivos de las y los españoles. En 2015, aunque se ha mantenido la denominación de Encuesta de Hábitos Deportivos, se cambió notablemente el cuestionario y se modificó la formulación de la pregunta fundamental y la forma de muestreo. Ello hace difícilmente comparable los resultados y prácticamente rompe la serie existente que permitía, al menos, seguir la evolución cronológica de la práctica deportiva.

La pregunta, tal y como se formulaba en la vieja EHD (1980 1995, 2000, 2005, 2010 y en el barómetro de junio de 2014) es: “¿Practica usted algún deporte? Por favor diga si practica uno, varios o ninguno”. Más adelante, en el cuestionario se pregunta sobre la frecuencia a los que practican (3 o más veces, 1-2, o con menor frecuencia).



En 2015, la nueva EHD formula así la pregunta: ¿Ha practicado algún deporte en el último año? Tras esta pregunta, a quienes responden afirmativamente, se les pide la frecuencia (diariamente, al menos una vez a la semana, una vez al mes, una vez al trimestre, una vez al año).

La comparación es difícil ya que la forma de plantear la pregunta en 2010, donde se pregunta simplemente si se practica algún deporte, tiende a situar a quien responde en el momento actual y a contestar no si en el momento de contestar la encuesta no se hace ningún deporte. En cambio, la formulación del 2015 incluye la referencia temporal de haber practicado deporte en el “último año,” ello lleva a quien contesta a otro horizonte temporal a la hora de responder. Puedo no practicar actualmente, pero sí hace unos meses y mi respuesta será recogida como práctica deportiva positiva. Es muy posible, que la vieja EHD infravalore la práctica deportiva ya que tendería a no incluir a quienes realizan una práctica muy ocasional, que contestarán directamente que no practican. En la encuesta de 2015, el grupo de quienes contestan que realiza deporte al menos una vez al año queda recogido y supone un no despreciable 6% del total de deportistas (un 5% entre las mujeres).

El desarreglo entre estas formas diferentes de medir la práctica deportiva se comprueba cuando se hacen comparaciones entre la vieja EHD 2010 (o el barómetro del CIS de junio de 2014 que también utiliza un cuestionario similar) y la nueva EHD 2015. Por centrarnos en sus repercusiones en la práctica femenina, el aumento de práctica entre las mujeres en las encuestas de 2010 y 2015 sería muy intenso, crecería 16 puntos y pasaría de un 31% de mujeres deportistas en 2010 a un 47%. Es un aumento desproporcionado, fruto de una comparación no recomendable entre dos encuestas realizadas con criterios y preguntas diferentes. Por hacernos una idea de las variaciones y la evolución de la práctica deportiva recogida en la serie 1990-2010, los datos de práctica recogidos con el mismo cuestionario nunca habían tenido aumentos mayores de 3-4 puntos entre los diferentes quinquenios que componen la serie. Por tanto, es muy dudoso que de 2010 a 2015 se haya producido un aumento de tanta magnitud como sería crecer 16 puntos.

Otra de las posibles formas de medir la práctica deportiva en España es a través de los Eurobarometer que realiza la Unión Europea. Como hemos visto hay 3 oleadas principales 2009-2013-2017 que se han realizado con el mismo cuestionario en 28 países europeos. Para comparar tasas de práctica deportiva se usa la siguiente pregunta: “¿Con qué frecuencia realiza usted deporte o hace ejercicio? A la que se añade una escala de frecuencia que gradúa de “nunca” a “con regularidad” (a diario). La escala de frecuencia que emplea el Eurobarometer es diferente a la que utiliza la EHD. Sin embargo, los resultados en bruto entre practicantes y no practicantes son muy similares entre ambas encuestas y más teniendo en cuenta que han sido realizados en años diferentes. En la tabla 1 se ve esta coincidencia entre las encuestas.

Tabla 1.- Nivel de práctica deportiva por sexo en España 2013-2017 (%)

		Practica	Nunca practica
Eurobarometer 2013	H	61 %	39%
	M	52 %	48%
EHD 2015	H	59,8%	40,2%
	M	47,5%	52,5%
Eurobarometer 2017	H	62 %	38%
	M	45 %	55%

Fuente: Eurobarometer Sport and physical activity 2013, 2017. European Commission y Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

Si excluimos la mayor o menor frecuencia de práctica para remediar las incompatibilidades entre las escalas del Eurobarometer y la EHD 2015, y solo contemplamos la respuesta positiva o negativa a la pregunta sobre práctica deportiva, entonces la EHD 2015 parece encajar bien en las entregas de 2013 y 2017 del Eurobarometer. Incluso resulta una toma cronológica intermedia del descenso de práctica sobre el que el Eurobarometer ha llamado la atención con inquietud en su edición de 2017.



En resumen, aunque se ha tratado de estandarizar y hacer homologables las estadísticas para facilitar las comparaciones internacionales, los cambios en la nueva EHD han dificultado la comparación con la larga serie cronológica que nos permitía la vieja EHD. En compensación, la nueva EDH 2015, parece coincidir con los resultados de las encuestas del Eurobarometer europeo, lo cual permitirá tener otra fuente estadística para contrastar resultados sobre el nivel de práctica deportiva en España (y su comparación con Europa).

3.2. La práctica deportiva en la Comunitat Valenciana: los datos de la Encuesta de Hábitos Deportivos

La Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) es, como ya se ha apuntado, la principal fuente para el estudio de la práctica deportiva en nuestro país. Los cambios metodológicos en la EHD dificultan la elaboración de series homogéneas para las distintas oleadas de la encuesta. En concreto, el principal escollo es la modificación en el enunciado de algunas preguntas clave a la hora de estimar la práctica deportiva de las personas encuestadas. Por este motivo, en el presente apartado nos centramos en los datos más recientes de la EHD, los relativos a 2015. Por otro lado, una parte importante de los datos de la EHD (así como de las otras fuentes que estamos utilizando en el presente trabajo) ya han sido aportados en el apartado en el que hemos descrito las rupturas biográficas de las mujeres en relación a la práctica deportiva. Por este motivo, en este apartado nos centramos en las preguntas más relevantes. Por último, señalar que los datos presentados se han obtenido a partir de los microdatos de la EHD de 2015 y se refieren a la Comunitat Valenciana.

En el bloque central de preguntas de la EHD se indaga alrededor de la práctica deportiva. Una de las cuestiones que aporta una interesante información es la edad de inicio en la práctica del deporte. La pregunta del cuestionario se plantea únicamente a aquellas personas que han respondido afirmativamente a la cuestión de si han practicado deporte durante el año anterior a la encuesta y se refiere a la edad de inicio en el deporte, acotando el rango de actividades a las que se refiere la pregunta; esto deja al margen actividades que podríamos considerar como asimiladas al deporte (caminar, etc.).

Entre los resultados más importantes, cabe destacar que la edad de inicio en el deporte de las mujeres valencianas es de casi 16 años, una media de cuatro años superior a la de los hombres valencianos.

Una vez realizada la anterior aclaración, encontramos que la edad de inicio en el deporte de las mujeres valencianas es de 15,87 años. Esta media, como podemos comprobar en la tabla 2, es cuatro años superior a la de los hombres valencianos, quienes empiezan a practicar deporte antes de los doce años, y es superior en más de dos años a la edad media para ambos sexos. Si bien es cierto que las mujeres valencianas se inician en el deporte, en promedio, un año antes que el conjunto de las mujeres españolas (16,8 años), al comparar con los hombres es patente la desventaja que ya desde la edad de inicio acumulan las mujeres.

Tabla 2.- Edad de inicio en la práctica deportiva CV

Sexo	Edad inicio
Hombre	11,44
Mujer	15,87
Media ambos sexos	13,49

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

Los datos apuntan a una relación inversa entre nivel educativo y edad de inicio: a mayor nivel educativo, se inician antes en el deporte.

Al comprobar las edades de inicio en relación al nivel educativo de las mujeres destacan dos datos. En primer lugar, las mujeres que tienen niveles de educación bajos, ESO o educación primaria, se inician aun más tarde en el deporte, hacia los dieciocho años. En segundo lugar, la edad media de inicio se rebaja entre las mujeres que tienen niveles de estudios de bachillerato o superiores. Por ejemplo, la edad de inicio de las mujeres con estudios de grado y máster se sitúa en 12,46 años. Esto nos podría estar indicando una relación inversa entre nivel educativo y edad de inicio (a mayor nivel educativo, se inician antes en el deporte), lo cual, a su vez, podría sugerir

el interés de destinar medidas de fomento del deporte en edades tempranas, durante la escolarización obligatoria. En este período las políticas de fomento podrían incidir en todas las chicas, antes de que sus trayectorias educativas se bifurquen.

Para averiguar la práctica deportiva, la EHD de 2015 pregunta si se “ha practicado algún deporte en el último año”. Ya hemos indicado el cambio que supone esta formulación respecto a las anteriores ediciones de la EHD, ampliando la referencia temporal, lo que permite una respuesta retrospectiva. Con el enunciado actual, la media, para el conjunto de hombres y mujeres entrevistados en la Comunitat Valenciana fue en 2015, de un 54,5% que sí había practicado deporte, frente a un 45,5% que no lo había hecho. Desglosado por sexo, la tabla 3 nos muestra que practican un 59,8% de los varones y un 47,5 % de las mujeres: una brecha que abre 12 puntos de diferencia entre sexos. Los datos de la Comunitat Valenciana en comparación con España son un punto más elevados. Por otro lado, en la misma tabla 3, el análisis desagregado por edad muestra unas diferencias considerables entre los distintos grupos de edad.

El análisis desagregado por edad muestra unas diferencias considerables entre los distintos grupos de edad.

Tabla 3.- Práctica deportiva por grupos de edad (%) CV

Sexo	Practican	Total España	Total CV	15-24 años	25-39 años	40-55 años	+55 años
Hombre	Sí	59,8	60,9	87,5%	77,9%	63,3%	34,7%
	No	40,2	39,1	12,5%	22,1%	36,7%	65,3%
Mujer	Sí	47,5	48,7	89,7%	62,5%	53,2%	26,6%
	No	52,5	51,3	10,3%	37,5%	46,8%	73,4%

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte



En las edades más jóvenes (15-24 años), las mujeres tienen una práctica, incluso, ligeramente superior a la de los hombres. Esta ventaja para las mujeres desaparece ya en la siguiente franja de edad, entre los 25 y los 39 años.

En los grupos de edad más jóvenes, entre los 15 y los 24 años, la práctica deportiva es elevada, duplicando prácticamente la media poblacional. Al comparar entre hombres y mujeres, llama la atención que, en estas edades, las mujeres tienen una práctica ligeramente superior a la de los hombres. Esta ventaja para las mujeres desaparece ya en la siguiente franja de edad, entre los 25 y los 39 años. En este grupo de edad se aprecia claramente cómo la práctica deportiva desciende entre las mujeres, en relación al grupo de edad más joven, mucho más que entre los hombres, quedando ellas con una práctica inferior al 63%, unos veintiséis puntos menos que en la franja de edad más joven y unos quince puntos menos que los hombres de la misma edad.

Esta desventaja en relación a los hombres que se manifiesta entre las mujeres adultas jóvenes, de 25 a 39 años, va a mantenerse en el resto de grupos de edad considerados. Así, entre las mujeres de 40 a 55 años, ya son casi la mitad las que no han practicado deporte durante el año anterior a la encuesta. Esto supone veinte puntos más que entre los hombres en estas edades intermedias.

Finalmente, en el grupo de edad de las personas más mayores, con 56 años y más, el desenganche del deporte ya es en general mayoritario, aunque nuevamente son las mujeres quienes presentan unas cifras peores. Prácticamente 3 de cada 4 mujeres en estas edades no practican deporte, una proporción más elevada que entre los hombres de su misma edad.

Estas cifras que acabamos de ver coinciden con las rupturas que analizamos en otros apartados del presente informe. Esto refuerza la idea de la necesidad de pensar medidas de promoción del deporte que sean adecuadas a las situaciones vitales de cada grupo de edad. No obstante, hay una idea que ha de ser transversal a las medidas o programas que se propongan: conforme se avanza en la trayectoria vital de las mujeres se profundiza en su alejamiento de la práctica deportiva.

Tabla 4.- Frecuencia de práctica deportiva por grupo de edad (%) CV

Sexo		15-24 años	25-39 años	40-55 años	+55 años
Hombre	Diariamente (Todos o casi todos los días)	53.1%	37.3%	26.3%	30.2%
	Al menos una vez a la semana	38.8%	52.2%	55.3%	55.8%
	Al menos una vez al mes	4.1%	7.5%	15.8%	7.0%
	Al menos una vez al trimestre	4.1%	1.5%	2.6%	4.7%
	Al menos una vez al año	-	1.5%	-	2.3%
Mujer	Diariamente (Todos o casi todos los días)	31.4%	31.7%	30.3%	40.5%
	Al menos una vez a la semana	65.7%	56.7%	51.5%	59.5%
	Al menos una vez al mes	2.9%	8.3%	6.1%	-
	Al menos una vez al trimestre	-	3.3%	9.1%	-
	Al menos una vez al año	-	-	3.0%	-

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos (EHD) 2015. Ministerio de Cultura y Deporte

Al preguntar por la frecuencia con que se practica deporte, la EHD discrimina entre la práctica diaria, semanal, mensual, trimestral y anual. La práctica diaria, sería aquella que nos aproximaría a las personas más comprometidas con el deporte, bien porque lo realizan de forma federada y vinculada a competiciones, bien porque se trata de personas con una fuerte motivación de otro tipo. En este nivel de práctica, destaca una pauta en relación a la intensidad y su evolución en los distintos grupos de edad (tabla 4). Los hombres más jóvenes, de 15 a 24 años, presentan una práctica diaria muy superior a la de las mujeres (unos 22 puntos superior). No obstante,

Los hombres más jóvenes, (15-24 años), presentan una práctica diaria muy superior a la de las mujeres (unos 22 puntos superior). No obstante, esta mayor intensidad en la práctica de los hombres se invierte a partir de los 40 años, cuando son las mujeres que practican a diario quienes registran unas cifras superiores.



esta mayor intensidad en la práctica de los hombres se invierte a partir de los 40 años, cuando son las mujeres que practican a diario quienes registran unas cifras superiores. Se puede aventurar la hipótesis de que esto se debe a la práctica a través de actividades organizadas, mayoritaria entre las mujeres de más edad, actividades que lograrían una mayor adherencia a la práctica deportiva.

En este sentido, por completar la información de la EHD, hemos acudido a la consulta de las Encuestas de Empleo del Tiempo, realizadas por el INE en 2002-03 y 2009-10. Según estas encuestas, el tiempo dedicado a actividades deportivas ha disminuido en el periodo entre ambas encuestas. En 2002, las mujeres manifestaban dedicar un promedio 0,39 minutos al día. En 2009-10, esta cantidad se ha reducido a 0,33. Las actividades que han crecido entre ambas fechas son "cuidados personales", "trabajo", "estudios" "medios de comunicación" y "hobbies". Las que han disminuido son, además de las "actividades deportivas", "cuidados y familia", "vida social y entretenimiento". La encuesta parece evidenciar que las mujeres han incrementado su dedicación a estudio y trabajo recortando su tiempo libre y actividades de ocio.

Más allá de la práctica del deporte y de su frecuencia, nos ha parecido interesante destacar algunos datos sobre el interés por el deporte que manifiestan hombres y mujeres. La EHD plantea algunas cuestiones sobre la búsqueda de información vinculada con el deporte. Las mujeres buscan menos información deportiva que los varones. Solo un 28%, frente a un 64% de los varones, tratan de estar informadas sobre deporte. Solo para un 6% de ellas es su tema preferente de conversación con las amistades, frente al 34% en el caso de los varones. Un 47% de las mujeres declara que nunca o casi nunca ve deporte por la tele, frente a un 16% de los varones o nunca escucha programas deportivos en la radio (80% frente a 51%) o nunca lee la sección de deportes de la prensa (76% frente a 37%) o nunca lee la prensa deportiva (86% frente a 45%) o asiste a espectáculos deportivos (75 frente a 54). A la luz de estos datos, es fácil deducir que el grado de interés general por el deporte es considerablemente más bajo que el de los varones: un 41% frente a un 69%. Al margen del menor interés en el deporte de alta competición que demuestran los datos anteriores, el que dirigen al deporte para todos es muy elevado (94%) y parejo al de los varones (96%).

Deporte federado de las mujeres en la Comunitat Valenciana

La evolución del deporte federado de mujeres entre 2010-2018 en la Comunitat Valenciana ha sido la siguiente. El aspecto más destacable es que la brecha de licencias con los varones se ha recortado. En el periodo considerado, el número de nuevas licencias en los varones ha crecido un 8% (han pasado de 293.297 a 319.201), mientras que entre las mujeres el aumento ha sido del 28% (han pasado de 58.845 a 82.008). Este crecimiento es más intenso que el que se observa en el conjunto de España, donde las licencias de las mujeres han crecido un 21%.

El 76% de las 23163 nuevas licencias femeninas de este periodo se reparten entre solo cinco federaciones deportivas: vela (37%); baloncesto (13%); fútbol (10%); surf (9%) y gimnasia (7%). En 2018, las tres federaciones femeninas más numerosas son baloncesto, vela y voleybol. En 2010, las más numerosas eran golf, baloncesto y voleybol. Entre los varones, las federaciones que se sitúan a la cabeza en 2018 son el fútbol, la caza y el baloncesto. Hay una continuidad en esta situación entre 2010 y 2018. No se observa ningún cambio respecto a 2010 en esta jerarquía de federaciones.

En el periodo que estamos considerando, deportes como el rugby, el boxeo o el kickboxing, de los cuales se ha hablado frecuentemente en los medios de comunicación para evidenciar un acceso de las mujeres a deportes altamente masculinizados, han tenido aumentos considerables en cuanto al número de mujeres practicantes (en boxeo, por ejemplo, ha pasado de 10 licencias en 2010 a 50 en 2018; en rugby, de 158 a 585 licencias), pero siguen siendo residuales en el panorama deportivo de las mujeres, entre los tres deportes representan el 1% del total de licencias. El aumento también ha sido importante en el fútbol femenino: en 2010, era la octava federación en números absolutos (2933 fichas) y ha pasado al sexto lugar en 2018 (5254 fichas). No obstante, el fútbol representa el 6% de las licencias en el total de mujeres federadas mientras que entre los varones es el 31%. Casi un tercio de los deportistas varones con ficha federativa se integran en la federación de fútbol.

La estadística de deportistas de alto nivel nos muestra que entre 2008 y 2018 el porcentaje de mujeres sobre el total ha pasado del 35% al 37%, un aumento leve que sigue indicando una brecha importante y un avance lento. En el caso de deportistas de alto nivel con discapacidades, la brecha es mayor ya que las mujeres son en torno al 20% del conjunto de estos deportistas.



En cuanto a los datos del *Eurobarometer Sport and physical activity* de la Unión Europea, se observa que los datos referentes a las personas con una práctica deportiva más intensa (5 o más días a la semana) son semejantes entre varones y mujeres en las tres oleadas (2009, 2013 y 2017), aunque en la última de ellas baja la proporción de mujeres con este nivel de práctica.

En la práctica de intensidad intermedia (1 a 4 días por semana), la diferencia entre hombres y mujeres empieza a ser más notoria, registrando estas últimas hasta 10 puntos menos. Además, ha descendido la proporción de mujeres que practican deporte con esta frecuencia, descenso que también se aprecia de manera acusada entre aquellas que practican menos de 3 días al mes.

3.3. La práctica deportiva en España: datos del Eurobarometer Sport and physical activity de la Unión Europea

El *Eurobarometer Sport and physical activity* es una encuesta que permite establecer comparación por grandes grupos de edad y sexo. Nos centraremos únicamente en los datos que proporciona la muestra española de la encuesta a este respecto para analizar las grandes tendencias en la evolución de la práctica deportiva.

La práctica deportiva de las mujeres presenta un dinamismo y unas tendencias muy diferentes a las de los varones. En el grupo de práctica más intensa (5 o más días a la semana), se da un nivel muy semejante entre varones y mujeres en las tres oleadas. Esta práctica más intensa ha crecido desde 2009 a 2017. En 2013, fue incluso favorable a las mujeres (16% vs. 15% de los varones). Sin embargo, los datos muestran que esta situación igualitaria se ha desequilibrado sensiblemente en los datos de 2017, momento en que se percibe una caída de 3 puntos en el colectivo de mujeres con participación intensa (13% vs. 15% de los varones). Los varones han mantenido su tasa de participación.

En el grupo de participación intermedia (entre 1-4 días a la semana), se verifican ya diferencias considerables en la práctica deportiva: las mujeres tienen hasta 10 puntos porcentuales por debajo de los varones. En este grupo, las mujeres también han visto descender sus efectivos entre 2009-2017 en 4 puntos -de 28% a 24%-. Los varones han mantenido idéntica su tasa de participación. En tercer lugar, las mujeres que practican muy ocasionalmente deporte o actividad física (menos de 3 días al mes) ha sufrido un descenso fuerte entre 2009 y 2013, que se ha frenado en 2017. Algo similar ha sucedido con los varones. Este grupo de menor práctica deportiva

es el que ha sufrido una evolución más negativa y ha alimentado, probablemente, el abandono como se recalca en el informe del Eurobarometer desde su introducción.

El último grupo que muestra la tabla 5 es el del colectivo no practicante, que responde que nunca practica deporte. Esta es una condición muy relevante para interpretar las tendencias en la práctica deportiva porque siempre que se practique puede haber cambios coyunturales o periodos de más baja actividad que se compensan con otros de más intensidad. Sin embargo, contestar que nunca se practica, es una respuesta explícita, que deja poco lugar a dudas en cuanto a la frecuencia de práctica. En este caso, los datos entre varones y mujeres reflejan, nuevamente, una clara desigualdad: las mujeres que nunca practican cuentan entre en torno a 9 puntos más que los varones en 2009 y 2013. Esta brecha es particularmente grave en el último dato de 2017, momento en el que ha crecido la diferencia con los varones hasta los 17 puntos y lo que es peor ha crecido muy considerablemente la cantidad de mujeres que contestan que nunca practican deporte. Eran un 48% en 2013 y han pasado a un 55% en 2017.

Crece considerablemente la cantidad de mujeres que contestan que nunca practican deporte, que representan un 55% en 2017.

Tabla 5. Evolución de la práctica deportiva por sexo en España 2009-2017 (%)

		5 días semana	1-4 días semana	menos de 3 días al mes	nunca
2009	H	10	34	22	34
	M	9	28	20	43
2013	H	15	35	11	39
	M	16	27	9	48
2017	H	15	34	13	38
	M	13	24	8	55

Fuente: Eurobarometer Sport and physical activity, 2009, 2013, 2017. European Commission





Esta evolución negativa de la práctica deportiva de las mujeres no es privativa de España. En otros países de la UE se han producido también descensos. De hecho, entre 2013 y 2017, en el conjunto de la UE 27 se ha pasado del 47% al 52% en cuanto a mujeres que responden que nunca practican deporte. Con todo, este aumento de 5 puntos en la UE es menor que los 7 puntos que se han dado en España. La situación actual de las mujeres españolas no está en el furgón de cola en el marco del Eurobarometer 2017. Otros países como Italia (69% de las mujeres responden que nunca practican deporte), Portugal (69%) o Grecia (74%) ocupan los últimos lugares. Sin embargo, nos encontramos lejos de los niveles de Dinamarca (14%) u Holanda (31%), donde el porcentaje de mujeres que nunca practica es bajo. Aún con esta situación cercana a la media, el descenso de las mujeres en la práctica deportiva es sorpresivamente una tendencia muy preocupante.

El descenso de práctica deportiva ha sido más acentuado entre las mujeres de más de 50 años (11 puntos más), las mujeres con edades intermedias que no practican deporte también registran un ligero aumento 2-3 puntos y tan solo entre las mujeres de 15-25 años se reduce esta respuesta negativa.

La tabla 6, que divide a las mujeres por grupo de edad, nos muestra que el descenso de práctica deportiva más acentuado se ha producido en los grupos de edad más avanzados -más de 50 años-, con un aumento de 11 puntos de las mujeres que no realizan deporte. Los grupos de edades intermedias tienen ligeros aumentos de 2-3 puntos y tan solo entre las mujeres de 15-25 años se reduce esta respuesta negativa ante la práctica deportiva. En el preocupante contexto general de descenso de la práctica deportiva entre las mujeres que muestra el Eurobarometer, el dato del ligero aumento de la práctica de las más jóvenes es positivo.

Tabla 6.- Nivel de práctica de las mujeres por grupo de edad en 2017 (%) y variación respecto a Eurobarometer 2013 (entre paréntesis). Datos España

Nivel de práctica	Total	15-24 años	25-39 años	40-55 años	+55 años
5 días semana	13 (-3)	18 (+3)	10 (-3)	16 (+3)	11 (-8)
1-4 días semana	24 (-3)	41 (+2)	29 (-5)	23 (-7)	19 (+3)
Menos de 3 días al mes	8 (-1)	8 (-5)	11 (+6)	11 (+2)	4 (-6)
nunca	55 (+7)	33 (-2)	50 (+2)	50 (+3)	66 (+11)

Fuente: Eurobarometer 2013, 2017. European Commission

Algunas observaciones más sobre la estructura de la práctica deportiva a lo largo del curso biográfico. La primera es la caída intensa que tiene el nivel de práctica más intensa (5 días a la semana) cuando acaba la juventud. En ese momento, la llegada de responsabilidades familiares y laborales divide prácticamente por dos el nivel de práctica deportiva. Aunque con el avance de la edad el grupo de 40-55 recupera práctica, vuelve a perderse en las edades más avanzadas. Siempre en este nivel de práctica más intensa y comprometida, los varones tienen una dinámica semejante. El trabajo para el mercado y el de cuidados crea fuertes incompatibilidades de organización temporal con el deporte. La segunda observación está referida a las mujeres que nunca practican. Como puede observarse contrastando con la tabla 7, esta brecha amplia sucede en todas las edades, incluidas las más jóvenes.

Si comparamos la tabla 6, dedicada a las mujeres con la de los varones, tabla 7, vemos un panorama muy diferente. Primero, en todos los grupos de edad se ha reducido el número de varones que no practican. Un claro contraste con el colectivo de las mujeres que ahonda las diferencias. Segundo, la práctica ha aumentado entre los dos grupos de

En cuanto al curso biográfico, a partir de los 25 años hay un primer descenso intenso entre las mujeres que practican 5 días a la semana, el cual podría estar relacionado con las responsabilidades familiares y laborales. En el grupo de 40-55 años se recupera la práctica, aunque desciende de nuevo en las edades más avanzadas. Si observamos a las mujeres que nunca practican, en comparación con los hombres, en todas las edades registran peores resultados.

edades avanzadas y ha disminuido entre los dos grupos más jóvenes (entre 15-39 años). Sin embargo, se trata de aumentos, sobre todo, en la práctica más ocasional (menos de 3 días al mes), por tanto, se pierde en general asiduidad en la práctica. Hay un descenso importante del nivel más elevado de práctica en el grupo de edad 25-39 años, que ve descender 6 puntos su nivel de práctica. En este mismo grupo de población joven-adulta las mujeres han tenido también descensos considerables de 3 puntos. Como hemos señalado arriba, sería oportuno profundizar en este hecho, que probablemente esté relacionado con dinámicas en el mercado de trabajo y en la dedicación familiar dado que se trata de grupos de edad muy implicados biográficamente en estas esferas.



Tabla 7.- Nivel de práctica de los varones en Eurobarometer de 2017 por grupo de edad (%) y variación respecto a Eurobarometer 2013. Datos España

Nivel de práctica	Total	15-24	25-39	40-55	+55
5 días semana	15 (-3)	23 (-1)	10 (-6)	13 (+2)	16 (+3)
1-4 días semana	34 (-3)	57 (0)	49 (-2)	31 (-1)	18 (-2)
Menos de 3 días al mes	13 (+2)	12 (+5)	14 (+9)	21 (+14)	8 (-5)
nunca	38 (-1)	8 (-4)	27 (-5)	35 (-8)	58 (-5)

Fuente: Eurobarometer 2013, 2017. European Commission

La práctica deportiva está marcada por la edad y el sexo, pero también por otras variables de carácter social: nivel de estudios, situación profesional, responsabilidades de cuidados, dificultad para llegar a fin de mes y clase social.

Para concluir con los datos que ofrece el Eurobarómetro, el deporte es una práctica marcada por la edad y el sexo, pero también por otras muchas variables de carácter social que nos permiten ver bien las brechas del deporte, las fracturas que lo determinan. Así, siguiendo los datos para España del Eurobarometer en 2017, el deporte es una práctica marcada por el nivel de estudios. Ofrecemos los datos entre paréntesis de los porcentajes de población que no realizan nunca práctica deportiva. Cuanto más cortas son las trayectorias educativas mayor es el porcentaje de población que no realiza ninguna práctica deportiva (64%). La situación



profesional es también una variable importante. La respuesta de los mandos intermedios o managers que no realizan deporte (19%) es mucho menor que la de los colectivos de trabajadores/as más descualificados (41%). Las amas de casa muestran los porcentajes más bajos de práctica (68%) a la altura de las personas jubiladas (76%). Realmente, cuando se analiza la tasa de práctica de las mujeres amas de casa, su estructura es prácticamente idéntica a la de las personas jubiladas. Las responsabilidades de cuidados hacen que uno de los grupos con menor práctica sea el de las mujeres en hogares monoparentales con hijos (53%). La encuesta del Eurobarometer se interesa por la práctica deportiva y las dificultades para llegar a fin de mes. Quienes se encuentran en situaciones de mayor dificultad económica muestran niveles muy bajos de práctica deportiva: el 63% no realizan ninguna práctica deportiva. En esta misma línea, la variable clase social es también determinante para no practicar deporte: a la hora de no practicar deporte, los hogares de clase trabajadora (57%) o de clase media baja (50%) están muy por encima de los hogares de clase media alta (35%) o alta (20%).

En resumen, a la luz de los anteriores datos, el Eurobarometer muestra que, en 2017, la brecha deportiva entre varones y mujeres se produce en todos los niveles de práctica y en todas las edades y ofrece la preocupante constatación de un retroceso en la práctica deportiva femenina, cuyos progresos de las últimas décadas se creían inamovibles. Dos problemas emergen con claridad:

1. La reducción de práctica deportiva entre las mujeres de edades intermedias (25-39 años) vinculada probablemente a las exigencias de otras esferas como los cuidados y el trabajo remunerado. Los varones de estas edades están afectados por descensos de práctica similar.

La brecha deportiva entre varones y mujeres se produce en todos los niveles de práctica y en todas las edades. Además, se puede apreciar claramente un retroceso en la práctica deportiva femenina. Emergen varios problemas:

- En las edades intermedias (25-39 años) se nota el efecto de las responsabilidades de laborales y de cuidados.



- Entre las mujeres de más de 55 años se reduce notablemente la práctica deportiva.
- La influencia de factores como la clase social, el nivel de estudios y la situación profesional hacen necesarias políticas concretas para grupos sociales en peores condiciones.

Además de las anteriores fuentes estadísticas, la Encuesta Nacional de Salud mide la actividad física y el sedentarismo en la población. Entre sus resultados destacan: una menor presencia de las mujeres en actividad física intensa y una mayor presencia en intensidad baja, que no alcanza el nivel de actividad física saludable recomendado por la OMS. En cuanto al sedentarismo, las tasas de las mujeres son más altas que las de los varones.

2. Se percibe, igualmente un descenso en la práctica del grupo de mujeres de más edad (más de 55 años), con un claro aumento de mujeres que no practican ningún deporte.
3. En cuanto al deporte y sus determinaciones sociales, la clase social, el nivel de estudios y la situación profesional -unidos en muchos casos al género- multiplican las brechas y reclaman políticas deportivas que faciliten el acceso al deporte de los grupos sociales de extracción social más modesta.

3.4. Actividad física y sedentarismo en España desde la Encuesta Nacional de Salud

La Encuesta Nacional de Salud de España de 2017 (ENSE) ofrece datos clave para medir la actividad física y el sedentarismo en España. Por lo que se refiere a la actividad física, la encuesta utiliza el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) utilizado para las comparaciones internacionales. Este cuestionario cuantifica el total de la actividad física de la población y la divide en tres grandes grupos -alta, moderada y baja intensidad-. Con esta clasificación puede también medir el cumplimiento de las Recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS) respecto a la actividad física de los diferentes grupos de edad. Muy sintéticamente, la ENSE indica que:

- la actividad de intensidad alta, que indica una mayor participación deportiva, está mucho menos presente entre las mujeres (18,4%) que entre los varones (30,3%);
- la actividad de baja intensidad es más frecuente entre las mujeres (37%) que entre los varones (33,5%);
- este grupo de baja intensidad no alcanza el nivel de actividad física saludable recomendado por la OMS;



- las brechas en estos niveles de actividad física se dan en todos los grupos de edad, pero es en los grupos de edad joven (15-24) donde se observan las brechas más amplias. Por ejemplo, en los niveles de intensidad alta, los varones de 15-24 alcanzan un 43,8% frente al 23,5% de las mujeres de la misma edad. En cuanto a los niveles de intensidad baja, estos mismos grupos los varones se sitúan en un 23,2% frente a un 32,6% de las mujeres;
- en comparación con la anterior ENSE 2011, esta encuesta confirma una tendencia que también revelan los datos del Eurobarometer comentados anteriormente: la población en general que realiza un nivel alto de actividad física disminuye y pasa del 27,8% en 2011 al 23,6% en 2017. Por su parte, crece el nivel de la intensidad baja que pasa del 33,6% al 35,4% en esos mismos años.
- para las mujeres, estos descensos de la actividad física entre 2011-2017 pasan, en los niveles de alta intensidad, del 22,4% en 2011, al 18% en 2017. En cuanto a la baja actividad se pasa del 35,8% al 37%. Descensos de similar intensidad se encuentran en los varones, con lo cual el descenso de la actividad físico deportiva en el conjunto de la población entre 18-69 años queda confirmado con los datos de la última edición de la ENSE.

Tabla 8.- Evolución del nivel de actividad física (IPAQ) en población de 18 a 69 años según sexo (%). España 2011-2017.

	Varones 2011	Varones 2017	Mujeres 2011	Mujeres 2017
Alto	33,3	30,3	22,4	18,4
Moderado	35,3	36,2	41,8	44,6
Bajo	31,3	33,5	35,8	37

Fuente: Encuesta Nacional de Salud (ENSE), Ministerio Sanidad, Consumo y Bienestar Social/INE



En consonancia con lo anterior, tanto la población que realiza actividad moderada como baja, experimentaron un ligero aumento. Así, la proporción de población que declaró realizar actividad física moderada pasó del 38,6% al 41,0%; mientras, aquella que no cumple las recomendaciones de actividad física pasó del 33,6% a 35,4%. Este aumento se dio tanto en hombres como en mujeres y en proporción similar.

En cuanto al sedentarismo, señalamos algunos datos significativos de la ENSE que marcan las desigualdades de género:

- Un 40% de mujeres declara que ocupa su tiempo libre de forma sedentaria (lectura, televisión), sin practicar actividad física. El porcentaje de los varones es del 32%
- Entre la población de 5-14 años, un 17,4% de las niñas ocupa el tiempo de ocio de manera sedentaria, frente a un 10,8% de los niños.

“ Practican deporte un 59,8% de los varones y un 47,5 % de las mujeres: una brecha que abre 12 puntos de diferencia entre sexos

Un 40% de mujeres declara que ocupa su tiempo libre de forma sedentaria (lectura, televisión), sin practicar actividad física. El porcentaje de los varones es del 32%



Ficha 5

Ponerse las botas de fútbol contra los embarazos precoces (Benín)

©Olivier Papegnies, Colectif Huma



En el pequeño país africano de Benín, se ha desarrollado un programa de cooperación internacional denominado *Impact-Elle* -organizado por la Oficina internacional de Benín y el Ministerio de Asuntos Exteriores de Bélgica-, dirigido a reducir los embarazos precoces y los matrimonios no deseados de las jóvenes de Benín. Este programa ha elegido el fútbol como medio de intervención. Los expertos del programa parten de la idea de que los entrenamientos y la implicación en el deporte desarrollan la confianza de estas jóvenes y les ayuda a descubrir sus derechos. El programa quinquenal ha organizado el torneo de fútbol femenino *Impact-Elle* en el que participan cuatro equipos de mujeres procedentes de diferentes pueblos de la región de Atacora donde se desarrolla el programa. El torneo es un complemento a los objetivos del programa: promover el liderazgo y la diversión entre las jóvenes. Aunque los objetivos educativos están en primer plano, el proyecto ha llamado la aten-

ción de las autoridades deportivas que se han comprometido a poner en marcha un campeonato femenino nacional recogiendo a otros equipos ya existentes para seguir aprovechando las potencialidades del deporte para luchar contra las discriminaciones y promover la igualdad. El trofeo se abrió con el partido entre los equipos de Matéri y Cobly.

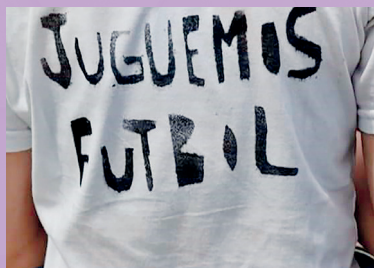
Precisamente, el equipo de Cobly es fruto de un grupo de mujeres que se hicieron la pregunta de por qué no podrían ellas también disfrutar de la diversión que se adivinaba en los partidos de fútbol jugados por los hombres. Esta pregunta dinamizó a las mujeres, que se entrevistaron con las autoridades, solicitaron el espacio de la escuela utilizado para los partidos, convencieron a un entrenador para que las ayudase y comenzaron a entrenar un día a la semana sin prestar atención a las burlas y críticas que su práctica del fútbol ha desatado. La pasión, la fuerza y la buena salud que proporciona el deporte las inmuniza contra esas críticas. El 8 de marzo, día de la mujer, juegan un partido que atrae a las mujeres de pueblos cercanos que celebran como espectadoras las carreras de estas por la cancha y vuelven a casa con ganas de ponerse también las botas y golpear la bola.

Fuente:

- Agence Benin Press (2019) 3ème édition du tournoi féminin Impact-Elle démarré à Natitingou, 16-07-2019.
- Aurelie Moreau, Laure Derenne, Colectif Huma (2019) Femmes de Foot, *Axelle* n° 220 Junio 2019.

Ficha 6

Fútbol Feminista: cuando fútbol y militancia feminista se encuentran (Argentina)



En Argentina, el fútbol desata pasiones volcánicas. En opinión del escritor Juan Villoro, Argentina cuenta con el mejor periodismo deportivo en español, los mejores entrenadores, los más

afamados *cracks* y los aficionados más entregados, que a veces encienden las gradas. En Argentina fue donde al público se le bautizó como jugador número 12.

Como no podría ser de otra manera, también en la igualdad deportiva Argentina es un gran fichaje. El colectivo "Fútbol Feminista" se reúne en torno a un balón de fútbol todos los martes en el parque de los Andes en el barrio bonaerense de Chacarita para jugar al fútbol y hablar. Allí mover la bola, pasar y gambetear van en paralelo a mover las ideas por el feminismo y la mejora de la situación de las mujeres. La idea de juntarse surgió en el XXX Encuentro Nacional de Mujeres (ENM) en 2016. Un encuentro feminista que se celebra anualmente. Ese día empezaron a inventar colectivamente el fútbol feminista, que no es lo mismo que el fútbol femenino, que para ellas supone adaptarse al formato patriarcal, donde los varones son los dueños de un deporte que cede un pequeño espacio a la mujer. En cambio, en el fútbol feminista ese espacio "nosotras nos lo abrimos solas, lo tomamos, no pedimos permiso, le ponemos otras reglas, es fundamental ocuparlo y empoderarnos desde ese lugar". Las mujeres de

"Fútbol Feminista" son conscientes de las dificultades de transmitir hoy día el discurso del feminismo y consideran que el fútbol puede ser un vehículo para llegar a donde no se llega con las palabras.

En estos dos últimos años no solo han mejorado en el fútbol y en el espacio colectivo que representa para el grupo de jugadoras, también han redefinido algunas reglas para un fútbol distinto al mayoritario. Por ello juegan en un espacio público y no participan en torneos comerciales, que acaban haciendo negocio con el fútbol femenino y que ofrecen ejemplos a diario de discriminación y desigualdad para las mujeres futbolistas. Allí donde juegan lo hacen por una causa y, en sus camisetas, huyendo del uniforme, escriben y transmiten mensajes que el público puede seguir: "Los goles no se cuentan" "Juguemos fútbol" desmontan la competitividad y los estereotipos de rivalidad entre mujeres. El fútbol como herramienta de activismo.

La militancia no se acaba en la cancha y se han unido en este tiempo en marchas contra la violencia de género, contra los travesticidios o en las luchas a favor del aborto. El grupo ha ido creciendo y haciéndose heterogéneo. Algunas de las participantes priorizan más el aspecto deportivo, a otras les mueve más el espacio de debate que el fútbol representa, pero el tercer tiempo tras los entrenamientos es un espacio muy frecuentado por todas.

Fuente:

<https://www.facebook.com/FutbolMilitante10/>

Diario de la Izquierda "Fútbol Militante: fútbol feminista", 19-8-2016

<http://lanuestrafutbolfemenino.blogspot.com/>





Las tres fracturas biográficas del deporte femenino

A la vista de los anteriores resultados, comprobamos que los problemas de la práctica deportiva de las mujeres son profundos y múltiples. Las ciencias sociales han mostrado las múltiples dimensiones que acompaña a la cuestión de género, así como las diferentes causas y la diversidad de los actores sociales implicados en su funcionamiento. Las barreras a la práctica deportiva de las mujeres tienen sus raíces en procesos estructurales, como son la organización social del tiempo, la división del trabajo, los roles familiares, el sistema educativo. A estos procesos, se suma un sistema deportivo claramente masculinizado, donde cobran forma numerosas discriminaciones que han sido estudiadas a fondo en estos últimos veinte años en España: Vázquez (1993); Bengoechea y Vázquez (2011); Soler y Puig (2004); Consejo Superior de Deportes (2015); Alfaro, Mayoral y Vázquez (2018); Marugán (2019). En todas estas publicaciones, se ha analizado la masculinización de los órganos de toma de decisiones en el deporte, de los cargos técnicos y del arbitraje en el deporte de competición; el papel de los medios de comunicación; la subalternidad de las mujeres en un marco de relaciones deportivas muy masculinizadas, donde desde la base a la elite se las define en términos de inferioridad, ocupando un segundo nivel.

Se han analizado también los resultados de estos procesos: abandono o menor práctica deportiva, desigualdades económicas y de reconocimiento, violencias y acosos. No faltan estudios en España que hayan tratado ya estos problemas desde finales de los años noventa. La revisión bibliográfica que hemos realizado de estas investigaciones y de la más reciente literatura internacional sobre género y deporte



Síntesis

Las barreras a la práctica deportiva de las mujeres tienen sus raíces en procesos estructurales del sistema social como son los roles familiares, la división del trabajo o la organización social del tiempo. A estos procesos, se les suma un sistema deportivo claramente masculinizado donde cobran forma numerosas discriminaciones que sitúan a las mujeres en una posición subalterna.

Las mujeres sufren niveles menores de práctica deportiva, desigualdades en el acceso a recursos económicos, falta de reconocimiento, invisibilización, violencias y acosos en el terreno del deporte.



La agenda de investigación de las y los especialistas de primera línea internacional en el tema género y deporte está marcada por los mismos tópicos que cuando comenzaron sus investigaciones a finales de los ochenta.

La idea de un deporte en el cual se impone la superioridad de los varones asociada a sus capacidades físicas apenas se ha cuestionado. El deporte más visible y poderoso continúa siendo un terreno de hegemonía masculina, por ahora, inexpugnable.

refleja la persistencia de todos estos problemas. En los siguientes apartados, revisaremos los resultados de todos estos trabajos. La opinión mayoritaria entre las y los especialistas es que, a pesar de los avances, queda mucho camino por recorrer.

Sorprende, en todas estas publicaciones, la reiteración de los mismos problemas, sin grandes variaciones en algunos campos. Pareciera que la agenda de investigación de las y los especialistas de primera línea internacional en el tema género y deporte está marcada por los mismos tópicos que cuando comenzaron sus investigaciones a finales de los ochenta. Aunque no sucede únicamente en el terreno deportivo, hay que considerar que el deporte es uno de los ámbitos más refractarios a las conquistas de igualdad que las mujeres han conseguido en estos últimos años. Un mundo extremo en cuanto a la discriminación, donde ésta se presenta, a veces, como normalizada, inamovible. Si midiésemos las desigualdades salariales en muchos deportes, lo que los y las especialistas llaman “brecha salarial”, nos quedaríamos asombrados. Si este tipo de “brechas” ocurriesen con tal magnitud en otros ámbitos, como la política, la educación o el trabajo, estaríamos alarmados, pero en el deporte parecen ser soportables, se aceptan sin gran escándalo.

La antropóloga Anne Saouter (2016) señala que las pensadoras feministas de la década de 1970 dejaron un tanto al margen el mundo del deporte, que se juzga como menos importante estratégicamente que otras esferas de cara al avance de la igualdad, como el trabajo o la política. Así, en estos últimos treinta años, apenas se ha cuestionado la idea de un deporte en el cual se impone la superioridad de los varones asociada a su fuerza física y a sus mejores marcas. Esta es la prueba de su hegemonía y el marco en el que se constituyen hoy las relaciones sociales de género en el campo del deporte y se distribuyen los recursos. Las mujeres han accedido



a este campo aportando riqueza y diversidad, aumentando el caudal de deportistas y de éxitos. En algunos casos, se han integrado en el deporte masculinizado, haciéndose un sitio, incluso reivindicando mejoras, en otros casos, han buscado espacios deportivos propios, apartándose de los deportes más competitivos o masculinizados. Sin embargo, aun incorporando los debates planteados por la llegada de las mujeres al deporte, este persiste como un marco de predominio masculino, por ahora, inexpugnable.

De aquí se deduce que la reiteración de los temas investigados no se debe a la falta de ideas o a la inexistencia de nuevos problemas, sino al inmovilismo de las estructuras deportivas. Por tanto, las y los investigadores se siguen preguntando por los mismos problemas, que siguen sin resolverse a lo largo de estas últimas décadas. Siguen constatando la resistencia y la tenacidad de las actitudes machistas, tanto de las viejas expresiones del machismo, más directas y hostiles, como de las nuevas, más sibilinas y normalizadas. Siguen constatando, si acaso, modificaciones ligeras en el seno del deporte o pequeñas variaciones en los porcentajes y los indicadores. La incorporación de la mujer al deporte, que progresivamente se ha producido en España en las tres últimas décadas, se ha hecho sin cambios de las reglas del juego ideadas por y para los varones.

Este informe se plantea, en este apartado, diagnosticar las desigualdades principales de las mujeres en el deporte y los procesos que las provocan con el objetivo de avanzar en la igualdad de género en el deporte y a través del deporte. La lectura atenta de los datos estadísticos analizados en el apartado anterior y de las numerosas investigaciones consultadas sobre los problemas de la práctica deportiva de las mujeres permiten resaltar tres grandes fracturas en la práctica del deporte femenino. Estas fracturas

La incorporación de la mujer al deporte que progresivamente se ha producido en España en los últimos años, se ha hecho sin cambios de las reglas del juego ideadas por y para los varones, lo que ha generado desigualdades para las mujeres.

Se identifican tres grandes fracturas que afectan y condicionan la práctica deportiva de las mujeres. Estas fracturas se sitúan en diferentes momentos del ciclo vital, en diferentes edades, donde se van



acumulando problemas que las alejan de la actividad física o dificultan su práctica.

La primera fractura se produce en la adolescencia y las edades jóvenes, con un abandono muy señalado del deporte.

La segunda fractura comienza con el tránsito de la juventud a la vida adulta, en la treintena, cuando las mujeres viven cambios consistentes en la esfera laboral y en las responsabilidades familiares.

La tercera fractura se produce en las mujeres de más de 45 años y con una extracción de clase modesta, dedicadas preferentemente al trabajo doméstico. Esta conjunción de la edad y la clase social determina un colectivo de muy escasa actividad deportiva.

Cada una de las tres fracturas mencionadas comporta problemas específicos ligados a la edad, a la condición laboral, a la condición social, también

se sitúan en diferentes momentos del ciclo vital de las mujeres, en diferentes edades, donde se van acumulando problemas que las alejan de la actividad física o dificultan su práctica deportiva. La primera fractura se produce en la adolescencia y las edades jóvenes, con un abandono muy señalado del deporte. La segunda fractura comienza con el tránsito de la juventud a la vida adulta, en la treintena, cuando las mujeres viven cambios consistentes en la esfera laboral y en las responsabilidades familiares. Es un periodo en el que el deporte pasa a segundo plano frente a la importancia de las esferas laborales y familiares. La tercera fractura se produce más adelante en el ciclo vital, en las mujeres de más de 45 años y con una extracción de clase modesta, dedicadas preferentemente al trabajo doméstico o compatibilizando este también con trabajos asalariados. Esta conjunción de la edad y la clase social determina un colectivo de mujeres de muy bajo nivel de actividad deportiva.

Cada una de las tres fracturas mencionadas comporta problemas específicos ligados a la edad, a la condición laboral, a la condición social, también a los diferentes momentos del cuerpo que viven las mujeres en su curso vital, a las diferentes necesidades de salud o de disponibilidad de tiempo de las mujeres. En las páginas que siguen, abordaremos un diagnóstico de los problemas deportivos de las mujeres a través de las fracturas deportivas en su ciclo vital.

4.1. Primera fractura del deporte de las mujeres: adolescencia y primera juventud

La primera fractura comienza en el inicio de la adolescencia y abarca toda la primera fase de las edades jóvenes hasta los 25 años. En ese periodo, sobre todo en los momentos iniciales, se produce un intenso abandono de la práctica deportiva de las



chicas. Hemos denominado a este proceso fracaso escolar aplicado al deporte, dado que estas edades transcurren en centros escolares (Santos, Balibrea, López, Castro y Arango, 2005). Las jóvenes finalizan su trayectoria escolar perdiendo competencias deportivas. Al igual que el fracaso escolar se debe a muchos factores, el fracaso escolar deportivo es también el sumatorio de una compleja red de procesos que abordaremos a continuación. En ningún caso, se debe responsabilizar a la escuela por el hecho de que allí se escenifique esta pérdida de competencias. Al contrario, es en la escuela donde dicha pérdida se puede frenar, generalizando nuevas prácticas igualitarias, que ya comienzan a aplicarse, pero que necesitan más impulso y apoyo.

La adolescencia es un periodo de edad crucial en el terreno deportivo. Es en esa etapa vital cuando los niveles de práctica de chicos y chicas comienzan a separarse. El gráfico 1 resume los datos del estudio *Los hábitos deportivos de la población escolar en España*, elaborado por el Consejo Superior de Deportes en 2011, que ilustra bien la caída de los niveles de práctica deportiva que se produce con la llegada de la adolescencia. A partir de los 13 años, comienza un declive que se concreta en una pérdida de 14 puntos porcentuales para los chicos y de 28 para las chicas cuando alcanzan los 18 años. Esta disminución es una cuestión particularmente preocupante porque la retirada del deporte en estas edades jóvenes supone una pérdida que se recupera difícilmente en edades más avanzadas. El abandono del deporte es ciertamente un fracaso educativo y social. Otros datos de participación deportiva de las jóvenes confirman este menor peso de las chicas en el deporte. Por ejemplo, la participación de las chicas en el principal programa de promoción deportiva para las edades escolares que se realiza en la Comunitat Valenciana -Jocs Esportius- es, según los datos de 2018-2019, del 36%. Del total de 113.843 jóvenes participantes, 41.221 son chicas y 72.622 son chicos. En las actividades extraescolares, se observan también los desequilibrios anteriores. Los

a los diferentes momentos del cuerpo durante el curso vital, a las diferentes necesidades de salud o de disponibilidad de tiempo de las mujeres.

La primera fractura comienza con la adolescencia y abarca, aproximadamente, hasta los 25 años. En este periodo, se produce un progresivo abandono del deporte. Dado que todos estos años transcurren en la escuela, este abandono podría interpretarse como una especie de fracaso escolar aplicado al deporte. Las chicas acaban su trayectoria educativa con una pérdida de competencias deportivas. En ningún caso, se debe responsabilizar a la escuela por este proceso, el cual tiene motivaciones complejas.

Los datos del estudio *Los hábitos deportivos de la población escolar en España* muestran que entre los 11 y los 18



años las chicas ven reducida a la mitad su práctica deportiva. La participación femenina en el principal programa de promoción deportiva para las edades escolares que se realiza en la Comunitat Valenciana -Jocs Esportius- es del 36% en la edición de 2018-2019. Igualmente, la presencia en actividades escolares deportivas en primaria es más abundante en chicos (84%) que entre las chicas (62%).

Ya en la adolescencia comienzan a transmitirse estereotipos que delimitan prácticas deportivas diferentes entre chicos y chicas: Ellos más preocupados por divertirse con el deporte, competir y llegar a ser un deportista profesional y ellas por hacer ejercicio y mantener la línea.



datos del Sistema Estatal de Indicadores de la Educación recogidos por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (edición 2009), muestran que, en 2007, un 84% de los alumnos de primaria realizaban actividades extraescolares deportivas frente a un 62 % de las alumnas. Aunque los datos no son muy actuales, es muy probable que esta tendencia se mantenga.

Los significados de la práctica deportiva son diferentes entre los chicos y las chicas en la adolescencia. En el exhaustivo informe realizado por el CSD en 2010, se pueden explorar con detalle las diferencias en distintas dimensiones (los motivos de práctica, las particularidades de los no practicantes, el lugar del deporte competición, etc.). Se observa una diferencia entre los motivos de práctica de los chicos -interesados por el deporte competitivo y llegar a ser deportista profesional- y las chicas -que muestran mayor interés en mantener la línea-. Es un



estudio aún de utilidad, pero necesita una actualización. Otras investigaciones más recientes confirman la persistencia de algunos de sus resultados (Martínez et al., 2012; Calvo-Ortega y Perrino-Peña, 2017). Por ejemplo, para los chicos, la práctica significa, prioritariamente, divertirse y pasar el tiempo (69% frente a 52% de las chicas). Sin embargo, para ellas, la práctica está más asociada a “hacer ejercicio” (24% para las chicas, frente 16% para los chicos) y “mantener la línea” (un 4% de las chicas frente a menos de un 1% en los chicos). (Martínez et al., 2012). Los chicos eligen deportes considerados como más “adecuados” para la masculinidad (deportes colectivos y de contacto) Las chicas tienen preferencia por deportes estereotipados como “femeninos” (individuales y sin contacto). Los contenidos de expresión corporal son importantes para ellas (36%) e insignificantes para ellos (1,5%). El 80% de los varones adolescentes sigue el deporte a través de los medios de comunicación, frente al 57% de las mujeres; el 74% de los chicos tiene ídolos deportivos, frente al 46% de las mujeres. (Calvo-Ortega y Perrino-Peña, 2017). En la interacción en la escuela entre chicos y chicas, persisten las creencias estereotipadas del tipo “las chicas son menos hábiles en el deporte que los chicos” (Granda, Alemany y Aguilar, 2018) e influyen sobre una autoimagen corporal de las chicas, marcada por la insatisfacción hacia el cuerpo. Insatisfacción que crece en el transcurso de la adolescencia y las impulsa al ejercicio para controlar el peso, pero que se realiza mayoritariamente sin la continuidad y la intensidad necesarias para ser efectivo (Camacho, Fernández y Rodríguez, 2006). Esta situación de culpabilidad respecto al cuerpo, de instrumentalización del deporte para finalidades de salud y, por añadidura, de un sentimiento de escasa eficacia para obtener el ideal estético inalcanzable, crea entre las chicas vivencias poco propicias hacia el deporte.

Las chicas eligen más a menudo deportes estereotipados como femeninos (individuales y sin contacto) frente a los chicos (colectivos y de contacto). Los chicos siguen el deporte a través de los medios de comunicación con mucha mayor intensidad que las chicas y manifiestan con más frecuencia tener ídolos deportivos.

Los chicos encuentran muchos ejemplos imitables de deportistas masculinos que alcanzan el éxito cuando son muy jóvenes, lo cual crea la sensación de que no es difícil alcanzarlo. En cuanto a las figuras femeninas, no son tan abundantes y se presentan como heroínas, que viven un camino de dificultades, incluidas las de luchar contra los estereotipos y las discriminaciones. Una imagen no tan fácil de seguir.



La investigación sobre los estereotipos de género presenta una tupida gama de barreras que alejan a las adolescentes de la práctica deportiva: barreras biológicas; barreras educativas; barreras socioculturales y barreras deportivas.

Los chicos adolescentes encuentran muchos ejemplos imitables de deportistas masculinos que alcanzan el éxito cuando son muy jóvenes, lo cual favorece la sensación de que no es difícil alcanzarlo. Por su parte, las chicas encuentran modelos fuertes de imitación en otras esferas (espectáculo, moda), ajenas al deporte, alejándolas del mismo lo que genera la sensación de que no les interesa. Cuando encuentran figuras en el deporte, hecho cada vez más frecuente, estas se presentan como heroínas, inalcanzables, que rompen moldes y viven un recorrido de dificultades, entre otras la de enfrentarse a los estereotipos masculinos, hasta llegar a la cima. Estas figuras son presentadas como seres exclusivos, excelentes, casi únicos. No es fácil que esta imagen casi imposible de alcanzar invite a ser seguida.

De la complejidad de esta misión de reducir los estereotipos deportivos en la adolescencia ha dado ya cuenta, hace años, una de las mejores especialistas españolas en la cuestión (Vázquez, 2007). Las barreras que Vázquez señala como obstáculo para ello abarcan integralmente la realidad de las adolescentes: barreras biológicas (características morfológicas, menor rendimiento y capacidad funcional, respuesta del organismo femenino al ejercicio de alta intensidad, etc.); barreras educativas (menores expectativas del profesorado con la práctica deportiva de las mujeres, modelos de práctica más cercanos a los intereses masculinos que a los femeninos; poca implicación en las actividades deportivas en la escuela); deportivas (normativa y lenguaje adaptados a los varones, menor disponibilidad de recursos, espacios, instalaciones, gestores y cuerpo técnico varones, pocos ejemplos de mujeres deportistas de éxito, etc.); socioculturales (estereotipos que marcan roles sociales y sexuales muy diferentes, menor reconocimiento social y económico al deporte de la mujer, etc.).



Otras investigaciones han añadido factores suplementarios que dificultan la práctica de las adolescentes, como la falta de tiempo por unos deberes escolares exigentes, la poca perspectiva de carrera profesional que aporta el deporte a las chicas; los conflictos internos con entrenadores, el ya reiterado menor refuerzo que encuentran en la familia o en las amigas. A estos factores de carácter más social, se agregan otros de carácter más personal o psicológico: preferencia y elección de otras esferas para el tiempo libre (moda, estar con amigas), menor percepción de los beneficios del deporte, “miedo al fracaso”; “sentimiento de vergüenza”; “no querer salir de la zona de confort” (Marín García, Martínez Ferreiro y Núñez Fernández, 2019). Habría que advertir que estos factores psicológicos e individuales están cada vez más de moda en el mundo académico que investiga sobre la cuestión y se imponen en las investigaciones de corte psicologicista y concordantes con la lógica empresarizadora de activar a las poblaciones a través del deporte, con ello se consigue finalmente culpar a las mujeres de su baja práctica deportiva: no quieren salir de su zona de confort.

Es difícil precisar cuáles son las barreras y determinantes más poderosos para explicar el nivel de práctica deportiva. En todo caso, es evidente la complejidad de factores que interactúan para determinarla en las adolescentes y la necesidad de una explicación multifactorial. Una explicación, además, en la que los estereotipos operan simultáneamente y se reproducen en diferentes niveles del sistema social -desde las bases estructurales de la sociedad y las grandes instituciones empresa, familia, medios de comunicación hasta la política deportiva, las interacciones más cotidianas entre los chicos y las chicas en las aulas y en las relaciones con docentes de educación física-. La única garantía para reducir la fractura deportiva por género es intervenir sobre todas estas esferas y sobre los agentes que las dinamizan: responsables políticos; instituciones deportivas; medios de comunicación; familia; profesorado, particularmente de educación física, y alumnado

Otras explicaciones psicologicistas explican la menor práctica deportiva de las chicas sobre la base de un enfoque individual, basado las decisiones personales. Las chicas practicarían menos porque: tienen menor interés por el deporte; no les gusta; prefieren otras esferas para el tiempo libre; tienen miedo al fracaso o sienten vergüenza. Estas explicaciones acaban indirectamente responsabilizando a las chicas y no tienen en cuenta que otros factores socioculturales, estereotipos o un deporte masculinizado pueden ser los responsables de condicionar las elecciones deportivas de las chicas.

Es evidente la complejidad de factores que interactúan para determinar la práctica deportiva de las adolescentes y la necesidad de una explicación multifactorial. Los estereoti-



pos operan simultáneamente y se reproducen en diferentes niveles -desde las bases estructurales de la sociedad a las interacciones cotidianas en el patio del colegio. La única garantía para actuar en la línea de reducir la fractura deportiva por género es intervenir sobre todas estas esferas y sobre los agentes que las dinamizan.

En la lucha contra los estereotipos que dificultan la práctica deportiva, la responsabilidad ha de repartirse entre las diferentes instituciones implicadas: la responsabilidad de las administraciones públicas, de las instituciones deportivas -federaciones y clubes-; de las familias; el sistema educativo. Todos estos actores son participantes activos en la creación de género (y de igualdad de género).

en las aulas. Dada la capacidad de resistencia de los estereotipos, la intervención ha de ser concertada y simultánea entre todos estos niveles, puesto que es difícil que se consigan avances desde solo uno de ellos. Igualmente, la inacción en cualquiera de estos niveles puede dar al traste con los avances conseguidos en los otros.

En torno a la reducción de los estereotipos, la responsabilidad de las instituciones políticas y los gobiernos es crear normas, aplicarlas, promoverlas y sensibilizar a la ciudadanía acerca de la importancia de la igualdad. La política y las instituciones deportivas deben encabezar y servir de ejemplo a esta actuación combativa frente a los estereotipos. La responsabilidad de las familias es transmitir y ayudar a asentar prácticas igualitarias entre los hijos y las hijas. La responsabilidad de los medios de comunicación y las empresas es comprometerse a abrir una reflexión sobre su papel en la reproducción de estereotipos y en la invisibilización de las figuras deportivas femeninas en las pantallas y en la prensa. La responsabilidad del sistema educativo es mejorar la formación del profesorado, incrementar la actividad física, potenciar una coeducación que afiance la igualdad y preparar contenidos educativos que reduzcan la reproducción de los estereotipos en el día a día de los patios de recreo y en las clases de educación física sobre el terreno. Todos estos actores son participantes activos en la creación de género (y de igualdad de género). Serán sus actuaciones e interrelaciones las que condicionen el papel más o menos influyente que este tenga como principio organizador de la vida social.

Ficha 7

Tatane: por un fútbol mixto, creativo y popular (Francia)



Tatane es un movimiento asociativo y popular que impulsa un fútbol «sostenible y divertido». Inició su andadura en 2011. En ese momento, un grupo compuesto por futbolistas y artistas de temperamento libertario y socialmente comprometido escribieron un manifiesto que lanzaba la idea de recuperar el placer de fútbol como juego y su vínculo social y popular. Las gradas, los terrenos de juego y los medios de comunicación han convertido el fútbol en algo muy distinto a la esencia popular de otras épocas. Dicho manifiesto sintonizó con muchas voces críticas contra estas evoluciones y tuvo una repercusión considerable en el ámbito asociativo.

Las principales actividades de Tatane son su escuela de fútbol mixta, creativa, popular e itinerante, que lleva el fútbol a los chicos y chicas de los barrios periféricos. Un fútbol que se concibe protagonizado por ellos y ellas, con sus propias reglas, a veces alocadas, lúdicas e innovadoras. Además de la escuela, Tatane mantiene un taller donde se reúnen educadores, deportistas, artistas, representantes políticos y profesorado con la finalidad de crear acciones culturales, deportivas y sociales. Estas actividades han llevado a Tatane a convertirse en un generador de ideas y propuestas para la acción. Fruto de esta labor, ha publicado dos libros

repletos de humor, sentido artístico y propuestas revolucionarias para combatir un fútbol crispado por la competición desatada y por el mundo de los negocios.

En el terreno de la igualdad de género, pueden seguirse en su web las múltiples actividades realizadas en esta línea. Por mencionar las más recientes, vinculadas al Mundial femenino de fútbol 2019 celebrado en Francia, se han reforzado sus escuelas mixtas de fútbol; la asociación se ha implicado en la red “Temps Additionn’elles” promovida por la ciudad de París con la finalidad de promover los equipos femeninos de fútbol o HAC Féminines. Su último libro rebosa de propuestas orientadas a favorecer la igualdad y los planteamientos mixtos. Por ejemplo: organizar una vez por año entrenamientos mixtos de los chicos y las chicas del club que permitan entender que el fútbol femenino no es “otro deporte”; crear un equipo femenino en los clubes antes que crear un segundo equipo masculino; igualar las primas en las selecciones nacionales masculina y femenina. Otras muchas propuestas, entre lo serio y lo divertido, pueden encontrarse en sus libros y su web. Tatane impulsa un fútbol que apuesta por la igualdad, la colaboración y que demuestra que jugar puede ser divertido sin la obligación de ser competitivo.

Tatane. Pour un football durable et joyeux y Tatane. 50 idées joyeuses pour changer le foot, ambos editados por Gallimard en 2014 y 2018, respectivamente.

Fuente:

<http://tatane.fr/#presentation>

<https://www.facebook.com/www.tatane.fr>



En cuanto al papel de la formación, Las mujeres tienen poca presencia entre el profesorado que imparte materias de actividad física y deporte. La masculinización del profesorado es muy intensa. Por ejemplo, solo el 13% del profesorado del Departamento de Educación Física y Deportiva de la en la Universitat de València son mujeres. En los centros de enseñanza de técnicos deportivos medios y superiores, solo el 15% del profesorado son mujeres.

En esta primera fractura es necesario plantear algunos aspectos concretos relacionados con la formación. Las mujeres tienen poca presencia entre el profesorado que imparte materias de actividad física y deporte. La masculinización del profesorado es muy intensa. Las profesoras son una minoría en los departamentos universitarios donde se forman especialistas en deportes que atenderán a los y las adolescentes en los colegios y en los clubes. En 2018, el Departamento de Educación Física y Deportes de la Universitat de València contaba solo un 13% de profesoras, el de Didáctica de la expresión musical, plástica y corporal, un 37%. Por añadidura, este último departamento imparte materias en la Facultad de Magisterio, ampliamente feminizada. Por otro lado, las profesoras en los centros de enseñanza de personal técnico deportivo medio y superiores deportivos son solo el 15% del total del profesorado. Los cambios respecto a esta masculinización en estos últimos años han sido escasos, cuando no se ha observado un retroceso. Si el alumnado femenino decrece en las facultades de ciencias del deporte, difícilmente se invertirá la tendencia a la masculinización (Serra, Soler, Vilanova e Hinojosa, 2019). Estas mismas autoras, muestran que, en la actualidad, la inmensa mayoría de los planes de estudios de todas las facultades de ciencias del deporte en España no cuentan con módulos específicos de deporte y género, ni con estrategias específicas para dar contenidos transversalmente en el plan de estudios. Lo más corriente es que el alumnado de estas facultades acabe sus estudios sin pasar, absolutamente, por materias ligadas a la cuestión de género.



Es urgente romper con el círculo vicioso en el que una masculinización inicial del deporte expulsa o desinteresa a las mujeres, que consiguientemente no se ven atraídas por los estudios universitarios de ciencias de la actividad física que, progresivamente, se masculinizan. Así no se alcanza nunca una masa crítica de mujeres que pueda orientarse posteriormente a entrenar, a prepararse para gestionar clubes, para ocupar cargos directivos y para la docencia en todos los niveles.

Recuadro 1.- Pistas para idear medidas concretas de políticas deportivas para intervenir en el campo de la educación física escolar

En 2010, el CSD, en el marco de la realización del Plan integral A+D, impulsó una serie de iniciativas y publicaciones sobre la educación física escolar que aún son referente para inspirar proyectos y recomendaciones. Hay que destacar, en primer lugar, el Plan integral para la actividad física y el deporte en edad escolar, coordinado por Marta Carranza y Tomás Valles. En esta publicación constan un listado sistematizado y actualizable de medidas concretas, objetivos e indicadores. En segundo lugar, la Guía PAFiC para la promoción de actividad física en chicas, editada en 2010, donde se presentan formas concretas de potenciar, sobre todo en la escuela, la actividad física entre las adolescentes y, en tercer lugar, la publicación también en el marco del Plan A+D de un proyecto marco nacional para la actividad física y el deporte en edad escolar promovido por el CSD *Proyecto marco nacional de la actividad física y el deporte en edad escolar*.

Las buenas prácticas para reducir la masculinización de los centros de formación en ciencias del deporte se han analizado monográficamente en Soler, Serra y Vilanova (2018).

http://inefc.gencat.cat/web/.content/01_inefc/publicacions/CAFE/Igualdad-en-Juego.-Guia-de-buenas-practicas-e-genero-en-los-estudios-de-la-familia-de-las-CAFyD_CAST.pdf

Algo similar sucede en el Grado de Magisterio en Educación Primaria. En este caso, el alumnado es mayoritariamente femenino, pero los planes de estudio carecen de materias de deporte y género. Puede que muchas de estas alumnas acaben dando clase de gimnasia a los niños y las niñas en primaria, pero no habrán tenido una preparación específica que les facilite incorporar una perspectiva de género innovadora. Solo lo harán gracias a un esfuerzo suplementario por su parte. Es por ello que se hace necesario incorporar, en todos los niveles, for-



Algo similar sucede en el Grado de Magisterio en Educación Primaria, cuyo plan de estudios carece de materias sobre deporte y género. El alumnado que cursa estos estudios será quien dé clases a niños y niñas en el periodo de educación infantil. Este es un momento clave para implantar una formación que afronte los estereotipos y aplique una coeducación deportiva que frene el abandono en la adolescencia.

Por otra parte, un aspecto clave en estas edades adolescentes es el sedentarismo y el bajo nivel de actividad física. Las organizaciones internacionales han lanzado campañas de actuación sobre este grave problema. Las recomendaciones para afrontar estos problemas pasan por incrementar el horario de la educación física en las escuelas.

mación en materia de mujer, igualdad y deporte de forma sistemática. Los cambios en la orientación de la educación física escolar reclaman una formación atrevida, renovadora y experimental, porque afrontar los estereotipos en colegios e institutos y aplicar una coeducación deportiva a la población adolescente es una tarea difícil que no se puede improvisar.

Por otro lado, también es importante encuadrar el abandono de la práctica deportiva de las chicas en el marco de las recomendaciones sobre actividad física y sedentarismo de la Organización Mundial de la Salud. Los y las especialistas consideran alarmante el nivel de incumplimiento de estas recomendaciones y lo vinculan con problemas de sobrepeso, sedentarismo y falta de actividad física (Active Healthy Kids, 2016). La Encuesta Nacional de Salud en España (ENSE), elaborada por el Ministerio de Sanidad en 2017, ofrece datos preocupantes en este sentido. Se observa una alta proporción de sedentarismo en el grupo de edad de 15-24 años, debido a los largos tramos de tiempo que permanecen sentados y sentadas en los pupitres. Este sedentarismo es mayor entre las mujeres (69%) que entre los varones (63%). El sedentarismo es también alto en el tiempo libre del grupo de edad más pequeño (5-14 años). Igualmente, la encuesta capta más bajos niveles de realización de actividad física en las mujeres de 15 a 24. En el sistema de medida utilizado por la ENSE -el cuestionario *International Physical Activity Questionnaire*, IPAQ- se mide la actividad física por intensidad. Los varones tienen los siguientes niveles: alto (44%), medio (33%) bajo (23%), en cuanto a las mujeres es alto (23%), medio (44%) bajo (33%). En este contexto, las recomendaciones de los/las expertos/as en salud pasan por incrementar, al menos una hora, el horario de la educación física en las escuelas, además de alfabetizar, desde la educación física, a los y las escolares sobre el cuerpo.



También en la universidad, el descenso de la práctica deportiva que se ha ido acumulando en las edades anteriores, sumado a las complicaciones para compatibilizar deporte y estudios, hace difícil recuperar y elevar los niveles de práctica en este nivel educativo. El documento preparado para el área específica de deporte universitario incluida en el Plan A+D, en 2010, tenía la igualdad de género entre sus líneas principales. Aunque no contenía datos de la participación de las mujeres, mostraba una clara sensibilidad hacia esta cuestión, sugería programas específicos y recomendaba recoger información sistemática que posibilitase diagnosticar la situación y mejorar la promoción deportiva. Como en otras áreas del plan A+D, el seguimiento y la evaluación no ha permitido ver el grado de aplicación y el impacto de las medidas. La investigación de Almorza et al. (2011) mostraba una menor participación de las mujeres (37%) en las actividades organizadas por las universidades. Las investigaciones más recientes para universidades concretas (Práxedes et al., 2016; Corbí et al. 2018) muestran niveles de práctica baja de las mujeres universitarias, que rondan el 40% (frente a un 60-65% de los universitarios). En los campeonatos universitarios de 2019, el 45% de participantes han sido mujeres, aunque entre personal técnico solo han tenido un 20% de presencia.

Recientemente, para el avance hacia medidas concretas de la igualdad de género en el ámbito universitario, contamos con un recurso formativo -“La igualdad de género en el deporte universitario: orientaciones para deportistas, personal técnico y dirigentes”- que en 2015 consiguió el Premio Igualdad de Género otorgado por la Federación Internacional de Deporte Universitario (FISU). Esta herramienta formativa se ha realizado en el marco del Seminario Mujer y Deporte-INEF Madrid, de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid, con un equipo integrado por profesorado universitario experto en igualdad de género (Camacho, Gómez y Alfaro, 2019).

En cuanto a la participación de las mujeres en el deporte universitario -y a pesar de las dificultades que entraña la compatibilización de deporte y estudios y la baja práctica con la que llegan las alumnas-, es un ámbito donde se podría fomentar la participación de las mujeres. La universidad es una institución que puede visibilizar la igualdad de género en el deporte y tener un gran impacto social. En esta última década, existen iniciativas en las que inspirarse para seguir progresando.

En el grupo de edades jóvenes (15-24), las deportistas con frecuencia de práctica intensa (4-5 días a la semana) y que participan en deporte federado, no presentan niveles de práctica muy desiguales respecto a los chicos. Para que este grupo de deportistas más implicadas no abandone es necesario ac-



tuar específicamente sobre las estructuras de gobierno de las federaciones. Ampliamente dirigidas por varones, y acomodadas en un deporte estructuralmente masculinizado, perpetúan tradiciones incompatibles con las novedades necesarias que plantea el enfoque de género lo que dificulta cualquier mejora de cara a la igualdad.

Un comentario final sobre el deporte competitivo en el grupo de edad joven (15 a 24 años). Las encuestas de práctica deportiva muestran que, en este grupo de edad, cuando la frecuencia de práctica es alta (5 días a la semana), encontramos niveles de participación semejantes entre chicos y chicas. Es el grupo de jóvenes deportistas federados/as que, sumando días de entrenamiento y competiciones, alcanzan esta intensa participación. Este dato es una prueba palpable del interés por el deporte de un grupo minoritario de las mujeres (en torno al 20%), que pese a todas las dificultades continúa practicando deporte intensamente. Si queremos que estas mujeres no abandonen y que su interés se contagie a las mujeres no practicantes, es necesario actuar específicamente sobre las estructuras de gobierno de las federaciones. Ampliamente dirigidas por varones, y acomodadas en un deporte estructuralmente masculinizado, perpetúan tradiciones incompatibles con las novedades necesarias que plantea el enfoque de género, lo que dificulta cualquier mejora de cara a la igualdad real y práctica (Diputación Foral de Guipúzkoa, 2002). Para ello, si se quiere proteger a este grupo de jóvenes mujeres deportistas, la actuación de las instituciones de cara a las federaciones ha de guiarse, al menos en este momento actual, por la generalización de medidas de igualdad -planes de igualdad, sistemas de cuotas y de cumplimiento de objetivos-. Ya se ha comenzado en algunas comunidades autónomas y en algunas instituciones y pueden ser medidas de transición que den paso a una situación en conjunto más paritaria. En cualquier caso, aunque positivas, no conviene creer que estas medidas son la solución al problema de los estereotipos. Será necesario seguir investigando para afrontar su carácter persistente, cambiante, versátil, con capacidad para reaparecer⁵.

⁵ Pese a la mala prensa de los sistemas de cuotas para favorecer la igualdad de género en el deporte, numerosas investigaciones y experiencias muestran logros positivos tras su aplicación. Besley et al. (2017) y Adriaanse y Schofield (2013) concluyen que las cuotas producen buenos resultados en la gestión de las organizaciones: restan espacio a



El acceso de las mujeres a las federaciones es uno de los frentes prioritarios para cambiar el sexismo y la falta de paridad en el deporte competitivo. Esta falta, en muchas ocasiones, no conlleva necesariamente actitudes excluyentes de los varones mayoritarios que dirigen las federaciones. Simplemente, se actúa como si las mujeres no estuviesen y no fueran a estar nunca o como si estuviesen en un segundo nivel. Las mujeres que han ocupado cargos de responsabilidad encuentran todo tipo de actitudes, que van desde la colaboración y el reconocimiento de algunos dirigentes, al machismo explícito de otros, pasando por el paternalismo, la falta de confianza y otras actitudes desestabilizadoras. Con estas actitudes, será difícil que las mujeres den el paso de implicarse en los cargos directivos y eso confirmará la posición sexista de que no hay mujeres interesadas y preparadas, con lo cual se perpetuará el círculo vicioso de la falta de paridad. Mientras que la normalización del gobierno masculino sea un hecho, se verá normal que los recursos no se repartan equitativamente y que el deporte de las mujeres tenga un papel secundario. Por ello, la actuación sobre los ámbitos federativos es una pieza clave en el avance de la igualdad de género.

los varones gestores mediocres, mejoran la eficacia del resto de los varones y abren las puertas a mujeres que, aunque con menor experiencia, sin embargo pueden ponerse al día, dar lo mejor de sí y gestionar eficazmente. Desde hace más de 30 años, se han implantado sistemas de cuotas con éxito. Es muy positiva la experiencia de Suecia o Noruega, que en los ochenta optaron por implantar cuotas. Hoy, estos países encabezan el *ranking* de igualdad de género en el deporte. Más recientemente, el proyecto *All In! Towards gender balance in sport*, confirma que once federaciones europeas de diferentes deportes han aplicado cuotas para ajustarse a las normativas y recomendaciones europeas. Igualmente, Sport New Zealand y High Performance Sport New Zealand (HPSNZ) anunciaron recientemente que, para diciembre de 2021, todos los deportes asociados que reciban más de 50.000 dólares al año por parte de las administraciones públicas deberán alcanzar un mínimo de 40% de equilibrio de género en sus cargos de responsabilidad.

Las informaciones anteriores son ejemplos de que el temor y el rechazo a las cuotas no está justificado. Ahora bien, es conveniente estudiar caso por caso, establecer una agenda paulatina y no descuidar otras medidas que permitan evitar las cuotas a medio plazo. En un reciente estudio en España (Alfaro, Mayoral y Vázquez, 2018), se entrevistó a varones y mujeres que ocupan cargos en federaciones, CSD, COE, comunidades autónomas, Facultades Universitarias. El 53% de las mujeres encuestadas se mostraban favorables al sistema de cuotas, frente a un 24% que contestaban negativamente. Entre los varones, prácticamente se invertían estos porcentajes: un 53% estaba en contra y un 19 partidario de las cuotas. Hay que mencionar la alta cantidad de respuestas encuadradas en no sabe/no contesta (21%). En resumen, una situación bipolar, marcada por una aceptación mayoritaria de las mujeres y contraria de los varones.



Recuadro 2.- El avance de una sexualización precoz y de la presión estética sobre el cuerpo

Cada vez a más temprana edad, las adolescentes están sufriendo un proceso acelerado de sexualización, con una exhortación constante a la belleza y la feminidad. Son presionadas, cada vez más pronto, para preocuparse obsesivamente, en respuesta a los mandatos sociales que reciben, por los cánones normativos de belleza: vestir bien, gustar a los chicos, ser atractivas... Los medios de comunicación y la publicidad juegan un papel fundamental en esta transmisión desequilibrada y volcada hacia un mensaje dual, no igualitario entre los sexos, en el que se sobredimensiona la faceta sexual de las mujeres. Cuanto más persiguen la rentabilidad los medios de comunicación, mayor es esta brecha de subalternidad de las mujeres en este terreno. Los medios argumentan que cubren una demanda de las mujeres que están interesadas por sus cuidados estéticos. Sin embargo, este argumento oculta su protagonismo a la hora de filtrar e imponer estereotipos sexuales y realimentar incesantemente esa demanda saturando las pantallas.

Ana Sofia Elias y Rosalind Gill han denominado *Beauty surveillance* al proceso mediante el cual las mujeres se ven impulsadas a autocontrolar su apariencia para ajustarla al examen actual que regula el físico y la estética. Esta mirada impulsa unas normas de belleza cuyo cumplimiento se convierte en un imperativo para no quedar fuera de la normalidad y evitar entrar en la categoría de sujetos de riesgo. Las autoras citadas han analizado el papel de las *apps* de belleza como Beauty Mirror, Golden Beauty Meter, Instaglam o Modiface. Estas aplicaciones se conciben como tecnologías de género para poder analizar, calificar, monitorizar o mejorar tu propia apariencia. En sus descripciones anuncian que gracias a sus servicios podrás “determinar si eres guapa o fea”, podrás “moverte hacia la belleza”, te permitirán “ser un cirujano plástico de tu cara”. En términos prácticos, con ellas puedes modificar, retocar y autocontrolar tu apariencia en las fotos que cuelgas en Instagram. Las adolescentes son así empujadas a un trabajo intensivo y psicológicamente costoso de autovigilancia. De cara a la práctica deportiva, para qué sacrificarse haciendo deporte cuando puedes retocar tu cuerpo virtualmente. La distancia entre tu imagen física y tu imagen virtual es un desequilibrio que tiene que gestionar cada sujeto. Los costes de este delirio perturbador de la imagen recaen en las adolescentes.

Más información:

Elias, Ana Sofia, Gill, Rosalind (2018). *Beauty surveillance: The digital self-monitoring cultures of neoliberalism*. *European Journal of Cultural Studies*, 21(1), 59–77. <https://doi.org/10.1177/1367549417705604>

Ficha 8

El deporte competitivo mixto es posible: el caso del Korfball



El origen del Korfball se remonta a la primera década del siglo XX cuando Nicolaas Broekhuijsen, un maestro holandés interesado en un deporte que pudiera realizarse en la escuela por niños y niñas, definió un conjunto de reglas inspiradas en el netball y en el ringball y fundó en 1903 la Asociación Holandesa de Korfball. La principal novedad de este nuevo deporte era la formación mixta de los equipos, compuestos por 4 mujeres y 4 varones. El objetivo del juego consistía en encestar el balón en una canasta sin tablero situada a 3 metros de altura similar a la de baloncesto. El deporte se popularizó muy rápidamente e impulsado por su fundador fue deporte de demostración en 1920 en las Olimpiadas de Amberes y en las de Ámsterdam en 1928. La federación internacional se creó en 1930.

En su expansión inicial, el Korfball creó una fuerte polémica por su carácter mixto y muchos periodistas no le prestaron atención. La crítica hacia la moralidad de los jugadores y al uniforme de las mujeres que mostraba parte de las piernas afianzó los estereotipos y la discriminación y el deporte no despegó, se convirtió en minoritario y desconocido.

Pese a todo, en la actualidad es un deporte que ha alcanzado una extensión considerable. La federación internacional de Korfball (IKF) agrupa a 69 países (32 de ellos europeos), entre los más potentes se encuentran Holanda, Bélgica e Inglaterra, aunque recientemente China y otros países asiáticos se han unido al grupo de cabeza. España es uno de los pocos países europeos que no cuenta con federación nacional de Korfball. Sin embargo, Cataluña está asociada a la IKF y ocupó el 12º lugar en el *ranking* de 2018.

La IKF no cesa en su empeño de volver a repetir como deporte invitado en próximas olimpiadas. No ha podido ser en Tokyo 2020, pero el Korfball atesora ventajas que hacen muy recomendable su extensión. La primera es su carácter mixto, su escaso contacto físico, y su prioridad al trabajo en equipo y al dinamismo sobre la fuerza. Esto posibilita un equilibrio que favorece el juego mixto. No requiere una infraestructura muy compleja, puede jugarse en canchas de baloncesto, también al aire libre, con un montaje sencillo de las canastas. La única regla inalterable es la mezcla de género.

Fuente:

-<https://korfball.sport/>

-Korfball International Gender Relations Survey, 2016

-<http://www.korfball.cat/catalunya-es-consolida-com-el-5e-millor-equip-de-korfball-del-mon/>



4.2. Segunda fractura del deporte de las mujeres: trabajo y cuidados en la transición a la vida adulta

La segunda fractura, que provoca una disminución de la práctica deportiva de las mujeres, se produce a partir de los 30 años, con la transición a la vida adulta. La llegada de nuevas responsabilidades, ligadas a la maternidad, los cuidados y a la intensificación del trabajo asalariado alejan a las mujeres del deporte.

Los datos de diferentes fuentes estadísticas muestran la disminución de la práctica deportiva de las mujeres y su agravamiento en los últimos años.

El deporte pasa a un segundo plano cuando se incrementa el trabajo dentro y fuera de casa. Esta tendencia está aumentando en estos últimos años.

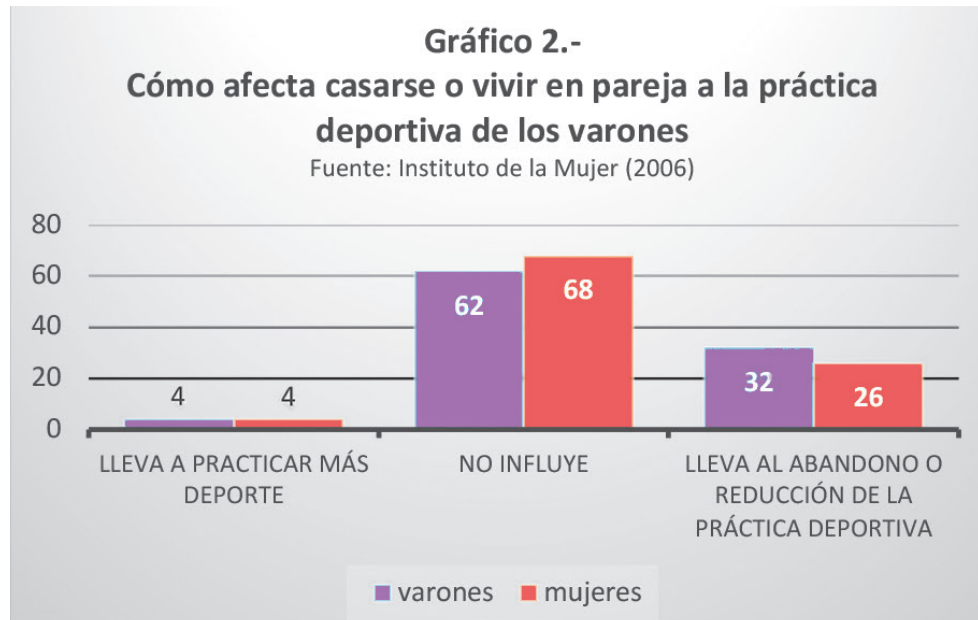
Como hemos visto en el apartado anterior, la actividad física de las mujeres disminuye a lo largo de la adolescencia y de los primeros años de juventud y, conforme avanzan las trayectorias biográficas, se agrava y muestra nuevas dimensiones. En este apartado, trataremos una segunda fractura que afecta a las mujeres en edades intermedias (30-45 años). En ese momento del curso de vida, las mujeres se ven mayoritariamente inmersas en el mundo del trabajo y de los cuidados familiares. Las fuentes de información estadística que hemos analizado en el apartado 3 muestran este descenso de la práctica en estas edades intermedias. En concreto, la Encuesta de Hábitos Deportivos (EDH) (Tabla 3 y 4 pag 40) nos permite apreciar una disminución de la práctica deportiva y de su frecuencia conforme avanza el ciclo vital. Por su parte, el *Eurobarometer Sport and Physical Activity* añade, además, la posibilidad de analizar el nivel de práctica en la serie cronológica entre 2013 y 2017 (tabla 6, pag. 77) mostrando que el grupo de mujeres de edades entre 25-39 años ha visto descender 3 puntos su nivel de práctica. Este es un dato claramente negativo que indica que, en los últimos años, se han agravado las dos principales barreras que dificultan el acceso a la práctica deportiva de las mujeres de estas edades: el trabajo dentro y fuera de casa.

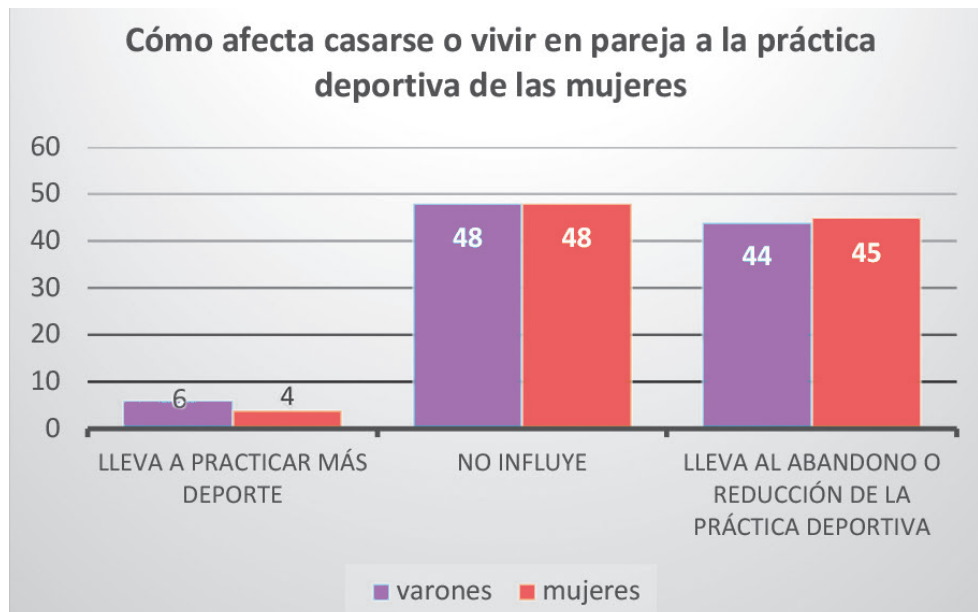
Otras fuentes de información, añaden datos más concretos sobre estos dos tipos de trabajo que copan los tiempos de las mujeres. En concreto, la investigación *Actitudes y Prácticas Deportivas de las Mujeres en España (1990-2005)*, publicada por el Instituto de la Mujer en 2006, permite recoger la opinión de



mujeres y varones sobre cómo se ve afectado el deporte por el inicio de la vida en pareja y también por la llegada de los hijos e hijas. El gráfico 2 aborda la primera cuestión y muestra cómo un 45% de las mujeres opinan que cuando comienza la convivencia se reduce o abandona la práctica deportiva. El porcentaje de varones es menor, solo para un 32%, aproximadamente, se reduce la práctica y para más del 60% de ellos esta nueva condición vital de la pareja no influye sobre la práctica deportiva. Hay que hacer notar, además, que estos porcentajes son menores si nos atenemos a la percepción de las mujeres. Ellas consideran que la vida en pareja tiene aún menos impacto para ellos en cuanto a dejar de hacer deporte.

Aunque el abandono de la práctica deportiva cuando comienza la vida en pareja afecta a varones y mujeres, el porcentaje de estas que reducen o dejan de hacer deporte es considerablemente más elevado que el de varones.





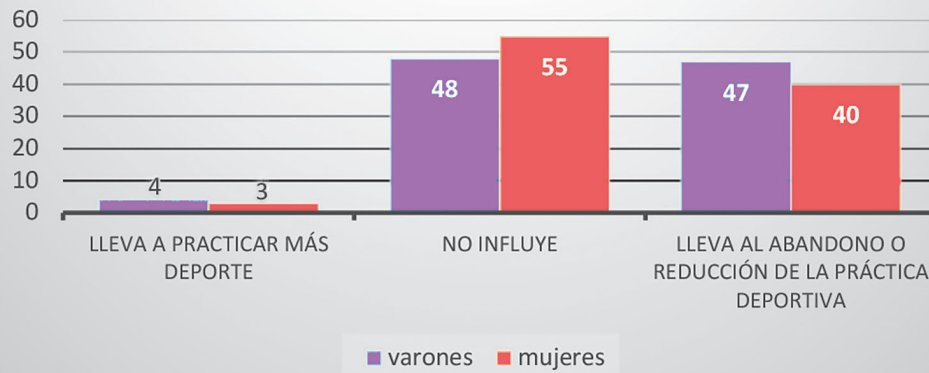
La maternidad provoca un abandono masivo del deporte entre las mujeres. Casi 3 de cada 4 confirman esta opinión. Los varones se ven menos perjudicados.

Respecto a la llegada de la maternidad y la paternidad, los resultados son más impactantes. El gráfico 3 revela que para el 72% de las mujeres la maternidad va ligada a un abandono o reducción de la práctica deportiva. Solo para un 23% la maternidad no influye. La paternidad parece tener menores efectos para los varones, aproximadamente, el 47% reduce o abandona el deporte. Para la otra mitad, no parece tener influencia. Aunque los datos están referidos a 2006, consideramos que siguen teniendo vigencia para ilustrar el abandono deportivo ligado a estas circunstancias vitales de las mujeres en las edades de entrada al mundo adulto.

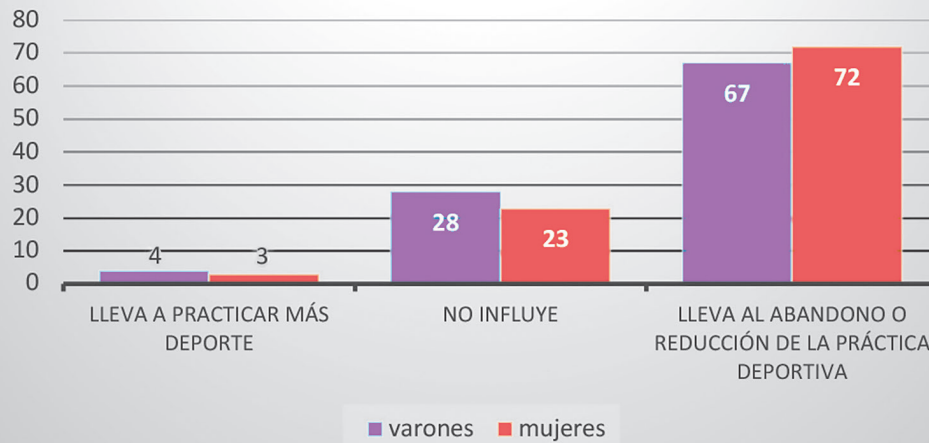
El reparto desigual en el uso del tiempo entre varones y mujeres ha sido una variable muy utilizada para explicar la menor dedicación por parte de ellas al deporte.

Gráfico 3 Cómo afecta tener hijos a la práctica deportiva de los varones

Fuente: Instituto de la Mujer (2006)



Cómo afecta tener hijos a la práctica deportiva de las mujeres





La principal causa de este abandono es el reparto desigual en cuanto al uso del tiempo entre varones y mujeres, que dedican más tiempo al trabajo doméstico y menos al ocio. Esta circunstancia sigue presente en la actualidad y provoca profundas desigualdades deportivas.

Los datos de la Encuesta de Hábitos Deportivos muestran que las mujeres valencianas dedican un 30% menos de tiempo que los varones a la práctica deportiva.

En las encuestas específicas de empleo del tiempo que realizó el INE en 2002-03 y 2009-10, se observaba que las mujeres dedicaban menos tiempo al ocio y que ello repercutía sobre la actividad deportiva. Desgraciadamente, estas exhaustivas encuestas no se han vuelto a realizar y los datos con que contamos actualmente son más fragmentarios y de menor alcance. No obstante, los barómetros del Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) incluyen algunas preguntas que posibilitan un acercamiento más actualizado a los usos del tiempo de varones y mujeres. En el estudio 3149 del CIS, realizado en 2016, se analiza la “actividad principal” de la población por sexo (Tabla 9). Los resultados evidencian usos del tiempo diferentes entre varones y mujeres. En concreto, ellas tienen una presencia más intensa en el trabajo doméstico (37% frente al 10,5% de los varones) y considerablemente menor en el ocio (9% frente al 21,5% de los varones). La pauta tradicional de desigualdad parece aún muy vigente.

Tabla 9.- En un día laborable cualquiera, ¿cuál diría Ud. que es su actividad principal? (%)

	Varones	Mujeres	Total
Trabajo	49,7	35,5	42,4
Trabajo Doméstico (no remunerado)	10,5	37,2	24,3
Cuidado hijos/as; nietos/as	5,3	9,3	7,4
Estudios	7,4	6,6	7
Ocio (ver la tele, pasear, etc.)	21,5	9	15

Fuente: CIS, Barómetro 2016, estudio 3149

La Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD, 2015) incluye en su cuestionario una pregunta sobre el tiempo medio semanal dedicado al deporte. Los varones dedican 3,26 horas; las mujeres 2,28. A tenor de este dato, la cantidad concreta de tiempo



que define la brecha deportiva de género en la Comunitat Valenciana es prácticamente de una hora, registrando las mujeres en torno a un 30% menos de tiempo de práctica deportiva.

A través de esta misma encuesta (EHD, 2015), podemos conocer también cuáles son los obstáculos para la práctica deportiva que señalan las mujeres valencianas. La tabla 10 muestra que la falta de tiempo es la barrera principal con la que topan las mujeres (también los varones) a la hora de practicar deporte. Las tasas más altas de falta de tiempo se alcanzan en los grupos de edad que estamos considerando en esta segunda fractura implicados en los cuidados y el trabajo (25-44 años).

Tabla 10.- Motivos por los que no se practica deporte (%) (EHD, 2015) CV		
	1º motivo	2º motivo
Falta de tiempo	48	33
Motivos de salud	18	16
Falta de interés	13	25
Edad	11	8
Motivos económicos	6	7
Falta de instalaciones	2	6
Falta de compañía para realizarlo	2	4

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos, Ministerio Educación, Cultura y Deporte (EHD, 2015)

Parece evidente que estas dos circunstancias reducen la dedicación a la práctica deportiva y reclaman actuaciones sobre ellas con el fin de favorecer el deporte de quienes se ven más afectadas. Las soluciones van necesariamente ligadas a una conciliación de tiempos laborales y tiempos deportivos e, igualmente, de tiempos

La falta de tiempo es la principal barrera señalada por las mujeres para la práctica deportiva. Las mujeres entre 25-44 años son las que muestran mayores dificultades en este indicador.

Las soluciones para afrontar estas desigualdades deportivas pasan por conciliar tiempos deportivos, tiempos familiares y tiempos laborales. Si se quiere potenciar la igual-



dad deportiva de las mujeres, es necesario actuar paralelamente en dos direcciones: potenciar el deporte en el tiempo de trabajo y equilibrar el reparto del tiempo de trabajo doméstico entre varones y mujeres.

Las políticas deportivas pueden aportar su granito de arena a la igualdad, pero no eximen de abordar las desigualdades de género con medidas estructurales y con un enfoque social integral.

de cuidados y tiempos deportivos. Profundizar, en primer lugar, en el reparto equitativo del tiempo dedicado a cuidados y trabajo doméstico y, en segundo lugar, potenciar el deporte en la empresa han de ser los dos escenarios en los que se produzcan cambios si se quiere incrementar la práctica deportiva de las mujeres (y también de los varones).

Como se puede deducir, los cambios necesarios son de gran calado, demandarían intervenciones decididas de las administraciones públicas y del mundo empresarial. Es posible comenzar con programas que vayan paulatinamente ganando alcance, pero las mejoras en el nivel de práctica de las edades que estamos considerando necesitan intervenciones estructurales, con continuidad y no casos aislados y discontinuos.

Por poner un ejemplo, en muchos foros académicos y gubernamentales, se considera a Noruega como prototipo de la igualdad de género en el deporte. En opinión de los/as expertos/as, la lección que puede extraerse de las políticas deportivas que este país ha puesto en marcha es que, la manera más eficaz de alcanzar situaciones de igualdad deportiva, es adoptar un enfoque social de dichas políticas. Un enfoque que no solo se centre en dichas políticas deportivas, sino que aborde las disparidades socioeconómicas de género en el conjunto de la sociedad. Las actuales altas tasas de práctica deportiva que caracterizan a las jóvenes noruegas provienen más de este enfoque social que de una compleja gama de políticas individualizadas o focalizadas sobre el colectivo de mujeres en el deporte (Green, Thurston, Vaage y Moen, 2015).

Sobre el primer escenario -el reparto equitativo del tiempo dedicado a cuidados y trabajo doméstico-, es necesario anticipar que se trata de un problema que desborda el marco de este informe. Los datos que hemos presentado más arriba confirman



que las desigualdades en el uso del tiempo persisten y, además, que las políticas integrales de igualdad han de seguir ideando procedimientos para avanzar hacia un reparto más equitativo. Desde el terreno concreto de las políticas deportivas, se ha hecho hincapié en algunas medidas que podrían favorecer dicho reparto o, al menos, facilitar la actividad física de las mujeres, que son las más afectadas. En concreto:

- planificar una oferta deportiva desde las instituciones públicas y privadas adaptadas en horario y tipo de práctica a estos grupos de edad;
- formar personal técnico que tenga en cuenta las necesidades y los objetivos de estos colectivos;
- crear mecanismos de consulta y análisis de dicha oferta;
- promover desde las administraciones públicas actividades que visibilicen la posibilidad cercana del deporte mediante carreras o eventos deportivos de iniciación al deporte;
- favorecer el deporte en grupos de amistad, comunidades deportivas;
- acercar el deporte a los espacios cotidianos frecuentados por las mujeres en su dedicación de cuidados (parques, escuela, actividad física en casa);
- potenciar el deporte en familia, la práctica conjunta, pues compartir un tiempo deportivo, puede llevar a compartir también otras tareas de cuidado. Esto, sobre todo, en los fines de semana, cuando se produce un bajón en la práctica de las mujeres.

Ciertamente, las administraciones públicas han de protagonizar esta política deportiva en pro de la igualdad de género. Por otro lado, como beneficio añadido, no hay que olvidar que una de las variables claves para que aumente la práctica deportiva entre hijos e hijas es que lo practiquen los padres y las madres.

Las instituciones deberían diseñar programas que favorecieran, entre otras medidas:

- una oferta variada de actividades ajustada a los horarios y las necesidades de estos grupos de mujeres.
- la formación de técnicos cualificados
- promover el deporte en familia para facilitar la compatibilización de los tiempos familiares (que a su vez incidiría en la práctica deportiva de los hijos y las hijas).



En el marco de la responsabilidad social de la empresa, su papel para apoyar la conciliación de los tiempos de trabajo y los tiempos deportivos de las mujeres puede ser una baza apreciable para el aumento de su actividad física.

Importantes instituciones internacionales –Organización Mundial de la Salud (OMS) o Agencia Europea de Seguridad y Salud en el trabajo (UE-OSHA)-, han recomendado vincular la actividad física y deportiva con el mundo de la empresa y aplicar en los centros de trabajo medidas que las promuevan.

De igual manera, el segundo escenario fundamental para conseguir una mejora de la práctica deportiva es la empresa. El trabajo ocupa una porción de tiempo determinante para la organización cotidiana de la jornada. Si se busca mejorar el nivel de práctica de las mujeres de este grupo de edades intermedias, la responsabilidad social de la empresa ha de pasar por integrar la práctica deportiva en sus instalaciones y en la jornada laboral.

El uso del deporte por las empresas tiene una larga tradición con la creación de equipos de empresa o con el patrocinio deportivo que llega hasta hoy. Sin embargo, en las dos últimas décadas, la cuestión ha cobrado mayor interés. Por un lado, las instituciones internacionales, en concreto la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Unión Europea, a través de la Agencia Europea de Seguridad y Salud en el trabajo (UE-OSHA), han recomendado la aplicación del deporte en los centros de trabajo para paliar problemas de condiciones de trabajo, de baja tasa de actividad física y de sedentarismo en las plantillas. La OMS ha incluido la promoción de la actividad física en la empresa en su estrategia de acción 2016-2025 (Physical activity strategy for the WHO European Region 2016–2025). Por su parte, desde la Unión Europea, en 1997 se creó la European Network for Workplace Health Promotion para ajustarse a los cambios laborales y promover la actividad física en el marco de la empresa, esta red se ha actualizado en 2005, 2007 y 2018, incorporando nuevos miembros y nuevos objetivos. Igualmente, la UE-OSHA ha realizado investigaciones para potenciar esta inclusión de la actividad física en las empresas, como medio para mejorar las condiciones de trabajo y la salud laboral. Asimismo, se han puesto en marcha proyectos europeos dentro de Erasmus+, como el Supporting Women in Achieving their Goals SWING, elaborando materiales y campañas para promover simultáneamente el liderazgo empresarial y deportivo de las mujeres.



Como puede deducirse de las anteriores iniciativas, el binomio deporte-empresa es deseable y posible y va más allá del patrocinio de eventos. La empresa ha de integrarse en estrategias comunes de promoción de la salud a través de la promoción de la actividad física y de la igualdad de género.

Desde el lado de las empresas, el deporte se ha utilizado, sobre todo en sus estrategias de *marketing*, patrocinio deportivo e imagen de marca, también en su gestión de recursos humanos para motivar a las plantillas; pero, en mucha menor medida, como medio de salud laboral. No obstante, como ha puesto de manifiesto el informe *Physical Activity at the Workplace: Literature review and best practice case studies*, encargado por la Comisión Europea (2017), en los últimos años han ido apareciendo experiencias de empresas que han utilizado el deporte con un enfoque centrado en la salud laboral. Los tipos de intervención que destaca el informe son: estrategias para fomentar la movilidad a la hora de desplazarse a los centros de trabajo o dentro de los centros de trabajo; medidas para reducir el tiempo que se pasa sentado, instalando mobiliario activador que permita trabajar de pie; promoviendo el subir escaleras o utilizar comunicaciones físicas en vez de comunicaciones virtuales en el mismo centro. Igualmente, se han organizado sesiones de información y asesoramiento, entre los trabajadores y trabajadoras, sobre los beneficios de la actividad física para la salud y se han fomentado sesiones de ejercicio físico para incrementar la actividad física y también la participación de la empresa en campeonatos o eventos deportivos. El informe destaca que, por otra parte, para la empresa, estas actividades reducen el absentismo, mejoran el ambiente de trabajo, la productividad y el bienestar físico y psicológico de las plantillas.

El binomio deporte-empresa es deseable y posible y va más allá del patrocinio de eventos. La empresa ha de integrarse en estrategias comunes de promoción de la salud a través de la promoción de la actividad física y de la igualdad de género.

En los últimos años, ha crecido el número de empresas que han incorporado el deporte y la actividad física como estrategia de salud laboral y de cultura de empresa. Se han favorecido, entre otras medidas: la movilidad para reducir el sedentarismo; las campañas de información y asesoramiento sobre actividad física y hábitos saludables en la empresa; la práctica de actividad física en los centros de trabajo y la participación de la empresa en eventos deportivos. Estudios



especializados argumentan el efecto favorable que la actividad física tiene sobre la productividad, el absentismo y el bienestar físico y psicológico de la plantilla.

Otros estudios críticos han señalado que los usos actuales del deporte en la empresa son insuficientes, ya que se aplican a cuestiones concretas de salud laboral o se instrumentaliza el deporte para necesidades empresariales, sin tener apenas incidencia en el aumento de la práctica deportiva de las y los trabajadores. La empresa no puede mantenerse al margen ante las dificultades de conciliación, de salud laboral, de sedentarización y de baja práctica deportiva vinculadas a la actividad laboral que desarrollan. Se ha hablado mucho de responsabilidad social de las empresas, pero habría que incorporar un capítulo deportivo a esta responsabilidad.

Los y las especialistas han argumentado de manera crítica que estos usos de la actividad física y el deporte en la empresa -demasiado ligados a modificaciones puntuales de las condiciones de trabajo, a aspectos concretos de la salud laboral o a la motivación para la productividad- tienen un efecto muy limitado sobre el avance de la actividad física y deportiva entre las plantillas. Se ha sugerido que la empresa instrumentaliza el deporte para incrementar tan solo sus propios resultados económicos y no para la mejora de su plantilla o de la sociedad en su conjunto. Estas críticas señalan las siguientes limitaciones de los actuales usos del deporte por parte de la empresa: pocas iniciativas, concentradas en grandes empresas, estratégicamente orientadas a mejorar la imagen de marca y la motivación de los trabajadores de cara a la productividad, destinadas, como mucho, a cumplir las reglamentaciones de salud laboral. En el recuadro 3, se puede completar esta información de cara a pensar y decidir posibles simbiosis entre las administraciones públicas y las empresas en cuanto a las formas de incorporar el deporte en estas últimas.

A pesar de estas consideraciones críticas, algunas empresas han planteado proyectos interesantes, que abordan la igualdad de género, y dejan ver que el potencial de su colaboración en la promoción del deporte para las mujeres (ver ficha 9). La empresa no puede mantenerse al margen ante las dificultades de conciliación, de salud laboral, de sedentarización y de baja práctica deportiva vinculadas a la actividad laboral que desarrollan. Se ha hablado mucho de responsabilidad social de las empresas, pero habría que incorporar un capítulo deportivo a esta responsabilidad. Con este tipo de experiencias positivas, habría que involucrar desde las administraciones públicas al mundo de la empresa, cuyo papel podría ser muy importante para el incremento de la práctica deportiva, ya que controla buena parte de los tiempos sociales que tanto dificultan el acceso al deporte. Actualmente, la relación

Ficha 9

Solocal: *Move it day*, práctica deportiva en la empresa (Francia)



Solocal Group es una empresa del sector de la comunicación y marketing digital que opera a nivel europeo y cuenta con 4800 empleados (1400 en la sede francesa). En 2014, recibió el trofeo “Sentez-Vous Sport” que otorga el Comité Olímpico Francés (CNOSF). Estos premios recompensan a las empresas, al mundo asociativo o a organismos de las administraciones públicas que emprenden programas de actividad físico deportiva dirigido a mejorar las condiciones de trabajo de sus empleados/as. El CNOSF lleva a cabo un trabajo de difusión del deporte en el mundo de la empresa, publica las fichas de buenas prácticas de los organismos premiados desde 2014 y ha elaborado una guía pedagógica para orientar a las empresas a introducir la práctica deportiva en su funcionamiento.

El proyecto de Solocal, denominado *Move it day*, fue premiado en la edición de 2014. Su objetivo consistió en sensibilizar a los trabajadores hacia la práctica deportiva como modo de promoción de la salud, del espíritu de equipo y de la productividad en un contexto de bienestar. Cronológicamente, el proyecto incluyó varias fases. Las 8 semanas iniciales tenían un objetivo de sensibilización mediante el envío por mail de 6 vídeos informativos y motivadores presentados por conocidos deportistas y entrenadores franceses. Posteriormente, se puso en marcha un programa de ejercicio físico todos los días de la semana con dos actividades diferentes por día. También se promovieron las inscripciones de la plantilla en el calendario de carreras populares solidarias Odyssée. Igualmente, el proyecto incluyó conferencias y talleres de iniciación al deporte y la salud y se cerró con un encuentro deportivo anual en torno a los valores de equipo y solidaridad (130 asistentes). Se creó en la sede de la empresa una sala de *fitness* donde se realizaban las actividades.

Los resultados han sido muy bien valorados por la empresa y los trabajadores: han participado 650 personas en los 7 tipos de actividades que se han realizado a lo largo del año y 130 trabajadores intervinieron en el primer encuentro deportivo «*move it day*» que se realizó en el Parc de St. Cloud.

Fuente: <https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/fichiers/File/SVS/TropheesSVS/2014/trophees2014.pdf>



La implicación de la empresa, en la que debería aunarse su responsabilidad social y su nueva responsabilidad en el terreno de la actividad física, pasaría por crear espacios para promover una práctica físico deportiva saludable y recreativa para su plantilla e implicarse en las iniciativas de la administración.

La empresa ha asumido su necesaria implicación en las políticas de conciliación de tiempos laborales y familiares. Conciliar la vida laboral y la vida deportiva es una de las dimensiones de la conciliación y para ello es necesario que la empresa se plantee, junto a las administraciones públicas, una redefinición del tiempo de trabajo considerando el tiempo para el deporte.

de las empresas con el deporte se reduce prácticamente al patrocinio de eventos deportivos y al *marketing*. Sin embargo, al margen de estos apoyos económicos, las empresas en España aún no han incorporado en su funcionamiento cláusulas que avancen en su dimensión socio-deportiva, de forma que el deporte pase a jugar un papel importante para la propia plantilla y para otros colectivos exteriores sobre los que dirigir su función social. En estos últimos años, se ha hablado a menudo de la empresa ciudadana, de la responsabilidad social corporativa y muchos directivos se han hecho eco de este debate. Si la empresa se preocupa por la formación de su plantilla y se precia de avanzar hacia la conciliación familiar y laboral o de velar por los derechos a un trabajo digno de los trabajadores del tercer mundo, por qué no introducir, con decisión, el derecho a la actividad física y a la práctica deportiva entre sus trabajadores y trabajadoras y, asimismo, participar e implicarse en las iniciativas de la administración dirigidas a fomentar la igualdad de género mediante el deporte.

Los programas públicos que buscan incrementar la práctica deportiva femenina tienen un efecto limitado porque no inciden en esta ley de hierro de la desigualdad en la distribución de los tiempos sociales. Si se está intentando avanzar hacia una distribución más igualitaria del tiempo para las mujeres a través de la conciliación de la vida familiar y la vida laboral, por qué no una conciliación, siquiera más modesta, entre la vida deportiva y la vida laboral. Una mínima implicación de la empresa en este terreno conseguiría resultados muy apreciables en la actividad física de las mujeres, obteniendo la recompensa de una mejora en la salud biológica, psicológica y social que el deporte conlleva.



Ante este panorama, es necesario crear desde las instituciones públicas un programa de actividad física e igualdad de género en las empresas, basado en las recomendaciones de las organizaciones internacionales mencionadas en párrafos anteriores. No se conseguirán avances en este terreno si nos limitamos a proyectos o iniciativas aisladas de las empresas, sin un marco y objetivos comunes, o solo centradas en la salud laboral de los trabajadores. Este programa ha de superar el ámbito estricto de la salud laboral para concebirse como un marco de salud para la ciudadanía y, en concreto, para las mujeres, que son quienes sufren particularmente la falta de tiempo y las desigualdades que ello conlleva en torno a la práctica deportiva.

Si se quieren lograr avances en esta conciliación de tiempos laborales y tiempos deportivos, será necesario articular programas de actuación complejos que requerirán un compromiso serio de los actores sociales. Las iniciativas aisladas de algunas empresas no permitirán alcanzar mejoras significativas en el aumento de la práctica deportiva.

“ La implicación de la empresa, en la que debería aunarse su responsabilidad social y su nueva responsabilidad en el terreno de la actividad física, pasaría por crear espacios para promover una práctica físico deportiva saludable y recreativa para su plantilla e implicarse en las iniciativas de la administración. ”



Recuadro 3.- ¿Empresarialización del deporte o deportivización de la empresa?

No cabe duda de que, en las últimas décadas, el mundo del deporte y el de la empresa han tenido intereses convergentes. Numerosas investigaciones (Andrews, 2019; Redeker, 2012) han analizado cómo el deporte ha integrado en sus lógicas de funcionamiento las de la economía y la gestión empresarial y, en estrecha concordancia, la empresa se ha inspirado en los valores de la práctica deportiva para gestionar sus recursos humanos, sus estrategias de *marketing* y su imagen. El secreto de la motivación buscado por los departamentos de recursos humanos parece radicar hoy en el deporte. La metáfora deportiva es un elemento clave en el lenguaje empresarial. Se habla de equipos, redes, terreno de juego, de empresas flexibles, ágiles, esbeltas. Los directivos, los mandos, se representan ahora más bien como *coach*, entrenadores, y, para calificar al directivo ideal, se utiliza el término de “atleta corporativo”. Descubrir el potencial, el talento, de un deportista por parte del entrenador, es hoy una preocupación similar para los responsables de personal en las empresas al gestionar a sus empleados/as. La “mentalidad ganadora” es una expresión común entre entrenadores y empresarios.

A esta instrumentalización simbólica que la empresa hace del deporte, hay que sumarle otra instrumentalización más pragmática mediante la utilización concreta de la actividad física y deportiva en el centro de trabajo. El informe *Physical Activity at the Workplace: Literature review and best practice case studies*, encargado por la Comisión Europea (2017), señala que, en los últimos años, ha aumentado la participación de las empresas en la organización de campeonatos deportivos o en la puesta en marcha de estrategias para activar a los/as trabajadores/as y reducir el sedentarismo, entre las que se encuentran: ir caminando al centro de trabajo, subir escaleras, sustituir las comunicaciones virtuales por presenciales, que obliguen a moverse; limitar el tiempo que se pasa sentado/a mediante mobiliario diseñado que permita trabajar de pie; sesiones de información a la plantilla sobre actividad física saludable; promoción del ejercicio físico en el centro de trabajo; participación de la empresa en eventos deportivos. Todas estas iniciativas, según el informe citado, tienen efectos positivos para la empresa: reducción del absentismo, mejora del clima laboral y de la productividad.



Instrumentalización del deporte y objetivos empresariales

En Estados Unidos, donde muchas empresas gestionan los seguros de salud de los empleados, se ha desarrollado el sector de la actividad física individual, pues un trabajador saludable puede disminuir el gasto en seguros médicos. De esta forma, se ha creado toda una esfera económicamente relevante en la que se ofertan planes de ejercicio para la empresa. Estos planes son, a veces, obligatorios para los empleados, que pueden ver bonificada su aportación al seguro médico a cambio de cumplir objetivos de seguimiento y de pérdida de peso. Este cumplimiento se convierte en una nueva presión para los trabajadores. Deviene, incluso, un imperativo moral ya que los trabajadores pasan a concebirse, en este enfoque sanitario-deportivo, como individuos responsables de cuidarse físicamente y de implicarse en su autocuidado físico o en la dieta para no ser una carga para la empresa. Caer enfermo por no cuidar la forma física o por tener sobrepeso, y causar un gasto médico, supone la inclusión en el grupo de los irresponsables que están subvencionados por los sanos.

Todas las estrategias anteriores ponen, además, el deporte y la actividad física al servicio de la empresa para sintonizar el espíritu empresarial con el potencial que aporta el espíritu deportivo: combatividad, disciplina, esfuerzo, audacia, competición, trabajo en equipo, confianza, adhesión institucional, logro de objetivos, responsabilidad. La empresa reclama hoy estas competencias a su plantilla y las proyecta en el campo del deporte como espacio instrumental para visibilizarlas y adquirirlas. El deporte queda así, instrumentalizado, convertido en un medio para un fin empresarial (Barbusse, 2002). Esta primera crítica a los usos instrumentales del deporte, se completa, además, con la idea de que el deporte se usa para obtener la aceptación e implicación de los trabajadores y desactivar sus reivindicaciones. El deporte opera como una dádiva empresarial, poco conflictiva, que refrena otras críticas de los trabajadores.



Deporte y auto-optimización

Una segunda crítica vincula el deporte con el espíritu de mejora continua y auto-optimización deseado por el mundo de la empresa y que persigue construir un sujeto deportivizado en busca de la mejora continua (Meißner, 2016). Así, se despliegan toda una serie de prácticas deportivas optimizadoras del cuerpo y la mente (potenciar la motivación, la cultura del esfuerzo y la disciplina). Por ejemplo, completar una maratón, o dedicarse a fondo al *crossfit*, supone enviar un mensaje sobre la capacidad personal de sufrimiento y rendimiento competitivo extremo. El mercado de este sector ofrece a diario innovaciones, desde la intervención de un *personal trainer*, epítome del *coach* para el cuerpo, hasta las nuevas modas en métodos de entrenamiento de alta intensidad, como el *hiit* (*high intensity interval training*), el *Electro-fitness* o el *Tabata*, para quienes buscan resultados rápidos. Todo con el objetivo de alcanzar la automejora, aunque quizá a costa de perjudicar la idolatrada salud. Contamos en España con ejemplos demostrativos de esta compulsión a la automejora, como podrían ser los casos de los atletas extremos *Kilian Jornet* o *Josef Ajram*, a la vez emprendedores, expertos en valores bursátiles y ejecutivos de sí mismos, que conectan las finanzas, la autoayuda y el deporte en busca de batir continuamente su propio record.

Algunos autores (Cederström y Spicer, 2015; Davies, 2016) añaden una tercera crítica a los programas deportivos en la empresa, considerándolos como medidas higienistas, donde el deporte es solo una coartada para mantener activos y productivos a los trabajadores/as y aparentar una atención a los problemas de salud laboral mediante una oferta ilusoria de actividades que tienen un aire deportivo: reuniones de equipo caminando, escritorios con cintas de andar incorporadas, pedales bajo la mesa de trabajo para estar activo y generar, incluso, la energía que hace funcionar el ordenador, mesas de ping-pong, toboganes y otros juegos, etc. Un neohigienismo que hace pasar por actividad física lo que solo es un mero ejercicio ortopédico rutinizado que, sin embargo, en el lenguaje empresarial se presenta como un estilo deportivo entremezclado con lo lúdico.

Ideología deportiva e ideología empresarial

Todas estas críticas coinciden en que el deporte, practicado en estos contextos, tiene un carácter instrumental y se mueve en el terreno de la ideología y del lenguaje empresarial y no tanto en el de la práctica deportiva real. Tiene, ante todo, una dimensión semántica, pero poco materializada en una práctica deportiva concreta y basada en el disfrute. Quizá la práctica del deporte haya podido crecer moderadamente a través de todos estos usos deportivos propiciados por las organizaciones empresariales -sobre todo, entre los directivos y personal cualificado-, pero cabe reflexionar sobre los riesgos de la expansión de un deporte planteado en estos términos. En este binomio -deporte/empresa-, el deporte interesa como imagen de la mentalidad ganadora y la competición, del capital humano y del inagotable espíritu emprendedor, del potencial y el talento que rebosan de los héroes deportivos, pero, ¿cuál es la materialización de estos discursos en las prácticas deportivas de las personas? ¿atesora el deporte todas esas cualidades -superación, autonomía, trabajo en equipo, etc.- en todos los niveles de práctica? En caso de que esto sea cierto y probado por investigaciones, ¿por qué se valoran dichas cualidades deportivas y no otras? ¿qué efectos tienen sobre las personas tanto en el plano físico como en la construcción de nuevas subjetividades competitivas y empresariales? Puede que el deporte sea salud, pero, practicado sin límites, también es extenuación y desgaste; ¿dónde están estos límites y cómo se pueden controlar para que no produzcan daños o lesiones? Todas estas son razones suficientes para prestar atención a sus efectos inesperados y/o no queridos y a las implicaciones que la metáfora deportivo-empresarial tiene sobre la construcción de nuevos sujetos deportivos para quienes la competición es la norma.





Más información:

Andrews, David (2019) *Making Sport Great Again. The Uber-Sport Assemblage, Neoliberalism, and the Trump Conjecture*. London: Palgrave Pivot.

Barbusse, Béatrice (2002) Sport et entreprise : des logiques convergentes ? *L'Année Sociologique* 2002/2 (Vol. 52), p. 391-415.

Cederström, Carl y Spicer, André (2015) *The Wellness Syndrome*. Cambridge: Polity Press.

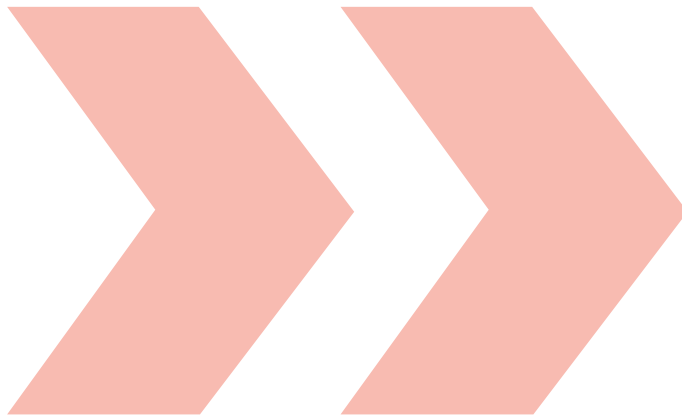
Davies, William (2016). *La industria de la felicidad*. Barcelona: Editorial Malpaso.

Fuchs, Mathias, Fizek, Sonia, Ruffino, Paolo y Schrape, Niklas (ed.) (2014) *Rethinking Gamification*. Lüneburg: Meson Press.

Loehr, Jim y Schwartz, Tony (2001) The Making of a Corporate Athlete, *Harvard Business Review*, Vol. 79, nº 1.

Meißner, Stefan (2016) Effects of Quantified Self Beyond Self-Optimization, en Selke, Stefan (Ed.) *Lifelogging. Digital self-tracking and Lifelogging between disruptive Technology and cultural transformation*. Wiesbaden: Springer VS.

Redeker, Robert (2012) *L'emprise sportive*. Paris: François Burin Éditeur.





Recuadro 4.- La tiranía del culto al cuerpo: deporte y cuidado estético de las mujeres

No solo las adolescentes sufren la presión de los medios de comunicación para prestar atención y moldear su cuerpo, también las mujeres más mayores reciben un mandato similar. Perfeccionar el cuerpo, perseguir la mejor imagen estética de sí misma, se ha convertido en palabras de Susie Orbach en una “tiranía” (Orbach, 2010). En la transición a la edad adulta, y con la llegada del trabajo y la maternidad, el abandono de la práctica deportiva por falta de tiempo es una constante en las mujeres en la treintena. En ese momento de la trayectoria vital, las responsabilidades laborales y familiares parecen difíciles de conciliar con el deporte.

Paradójicamente, justo en este momento, cuando las mujeres tienen menos tiempo para el cuidado físico del cuerpo y se apartan de la actividad física, se reduplica sobre ellas la presión para que lo mantengan sano y acorde al ideal estético que transmiten los medios de comunicación. Cuando se quedan sin tiempo para cuidar su cuerpo por tener que dedicarlo a la crianza, la vida en pareja o el trabajo para una empresa, entonces arrece el mensaje de que también tienen que conciliar su cuerpo con los ideales de belleza. Una inalcanzable conciliación de la vida familiar, laboral y corporal, en la cual disminuye la autonomía de las mujeres para decidir. ¿Cómo mantenerse en forma cuando tu tiempo se reparte entre una larga jornada de trabajo y una inacabable labor de cuidados domésticos que recae sobre las mujeres?

La mercantilización del deporte: soluciones deportivas para mujeres ajetreadas

En ese momento difícil en cuanto a la gestión del tiempo, el deporte puede constituir un buen potencial para organizar la jornada cotidiana y poder conservar una esfera de tiempo libre y relaciones sociales, incluso para mantenerse en forma y con salud. Esto es una baza positiva del deporte y hasta una necesidad social que bien



programada podría ayudar a las mujeres. Sin embargo, ante la falta de esquemas y recursos públicos bien planificados y dotados, todas estas posibles necesidades deportivas de las mujeres han sido captadas por el circuito de la mercantilización. Con ello, han proliferado usos donde el deporte se diseña como producto y se vende como solución de salud y de cumplimiento de los estándares estéticos que se exigen a las mujeres de edades intermedias. Sea para preparar y conservar la forma física antes y después del embarazo; para relajar y conseguir un desahogo tras una jornada repleta de actividades; sea para ofrecer una vía de automejora que incremente las posibilidades de triunfar en el trabajo o para aprovechar el poco tiempo restante con prácticas deportivas ultraintensivas, que pueden realizarse en casa o en el gimnasio, el deporte se ofrece como una apuesta segura, una oferta siempre presente y una solución que las mujeres responsables han de adquirir. Evidentemente, las mujeres que se “abandonen”, no conseguirán el vientre plano o la paz interior que te capacitan para afrontar los retos de la vida moderna.

Respecto a estos usos del deporte mercantilizado, sobre todo volcados en el cuerpo y las exigencias estéticas, cabría señalar algunas visiones críticas que nos ayuden a ampliar argumentos y debates en torno a las desigualdades de género en el deporte y su abordaje desde las políticas públicas. La primera crítica es, nuevamente, la de la instrumentalización del deporte, es decir, utilizarlo para finalidades más allá de las puramente deportivas, en este caso, como un dispositivo para moldear el cuerpo conforme a una norma. La segunda crítica es la mercantilización de las actividades deportivas, su introducción en una esfera del consumo interesado, engañoso y obligado. La tercera crítica es cómo se fijan las normas de belleza, qué actores son los responsables en este proceso, en otras palabras, para qué y para quién cuidan su cuerpo estas mujeres. Partiendo de la base de que la actividad física y el cuidado físico del cuerpo son positivos, las preguntas que se hacen las autoras críticas son: ¿qué hay detrás de las normas de belleza?, ¿son estas equivalentes para los varones y mujeres? y si no lo son, ¿qué se busca controlar a la hora de aplicarlas?, ¿qué coste tiene para las mujeres alejarse de la norma?



La instrumentalización del gimnasio como dispositivo de moldeado del cuerpo

En su proceso de incorporación al deporte en las dos últimas décadas, el significado predominante de la actividad física para las mujeres ha sido estar en forma y mantener la silueta. Así, sus afinidades deportivas han ido vinculadas no tanto a las más divertidas dimensiones de ocio grupal o a su capacidad de entretenimiento competitivo, sino, sobre todo, a la dimensión higiénico-estética (más aburrida) de ir al gimnasio a esforzarse para adelgazar. Es sabido que es más fácil abandonar una actividad cuando cuesta más trabajo realizarla. Algunos datos estadísticos de la Encuesta de Hábitos Deportivos 2015 sobre el perfil del deporte de las mujeres confirman lo anterior: ellas practican deporte más individualmente (31% de los casos frente al 25% de los varones); en más ocasiones en compañía de algún miembro de la familia (12%, frente al 4%). Realizan menos deporte al aire libre (38%, frente al 49%) y usan menos las instalaciones públicas (49%, frente al 53%).

La socióloga Flavia Costa denomina *dispositivo fitness* a estas exigencias estéticas de un cuerpo adecuado, que conecte con los mensajes del nuevo capitalismo de la imagen y el espectáculo. Este dispositivo impone una gestión privatizada de la apariencia física y de la actividad aparejada a ella, en la que cada vez más, cuidar de sí misma es cuidar del cuerpo: “ya no *habitamos* un cuerpo ni tampoco *tenemos* un cuerpo, sino que *somos* un cuerpo. Se le pide al trabajo corporal que cambie el carácter del sujeto: que le calme los nervios, que le quite los complejos, que alivie sus dolores espirituales por la vejez y la muerte. Que el yoga lo relaje, que el gimnasio lo revitalice y lo fortalezca, que los masajes lo energicen, que *pilates* lo flexibilice, lo tonifique, que la cirugía le devuelva la autoestima perdida. Se actúa sobre el cuerpo para ‘ajustar’ el alma.” (Costa, 2008: 9). Otros autores/as han visto en el gimnasio un espacio de control y disciplinamiento del cuerpo de las mujeres a través de los ejercicio cronometrados y progresivos (Markula, 2015).

Especialistas en análisis crítico del *fitness*, como Roberta Sassatelli, actualizan la idea anterior señalando que al gimnasio como dispositivo de control le está sustituyendo o complementando una nueva oleada actual



de tecnologías digitales y dispositivos portátiles para cuantificar y autocontrolar el rendimiento corporal y la salud.

Algunas autoras (Cole, 2000) han ido aún más lejos y han vinculado la creciente importancia de la industria del *fitness* y su enfoque individualizado del cuerpo y centrado en la apariencia con una progresiva despolitización de la cuestión feminista. Este enfoque filtra el mensaje de que lo prioritario es cambiar el cuerpo y no tanto la sociedad. Es más factible cambiar tu cuerpo que cambiar las desigualdades sociales y la opresión a las mujeres. En resumen, el deporte se convierte en instrumento para controlar el cuerpo de las mujeres y para desmovilizar las reivindicaciones del feminismo.

El complejo cosmético deportivo: producir el problema y vender la solución

Una segunda crítica que desde el feminismo se ha lanzado contra este estilo de vida *fitness*, pone el acento en los usos comercializados, mercantilizados y diseñados para cubrir las demandas de cuerpos en forma que se les reclaman a las mujeres. Susie Orbach (2010) ha hablado de la “*industria de desestabilización del cuerpo*” para denunciar las duras exigencias corporales que sufren las mujeres por parte de este modelo estético deportivo definido por el mundo de los famosos, los deportistas, la publicidad y el complejo médico-cosmético. Un modelo que hace recaer sobre las mujeres una atención permanente sobre su cuerpo con el objetivo de autofabricar el canon exigido en los medios de comunicación. El cuerpo es definido como perfectible y gobernado por la responsabilidad individual. Conseguir la perfección corporal es obligación personal y pasa por adiestrar el cuerpo mediante prácticas de actividad física, cosmética o dietética. Alejarse del modelo de perfección tiene consecuencias morales ya que se supone que su propietaria descuida lo que debería ser su proyecto personal corporal. La sociedad te lanzará un juicio moral negativo si ello ocurre.



La imagen del cuerpo perfecto es cada vez más difícil de alcanzar, además, está sometida a un cambio continuo que aumenta las exigencias a las mujeres y desestabiliza sus vidas. Orbach expone toda la gama de malestares psíquicos vinculados con los sentimientos de dismorfia corporal en relación con el modelo de cuerpo perfecto o con las obsesiones y adicciones ligadas a la actividad física. Modelo que, por otra parte, no ha sido definido por las mujeres, sino por los *mercaderes del odio*, tal y como Orbach denomina a la industria médico-estética-publicitaria, que provoca dicho sentimiento en las mujeres hacia su propio cuerpo cuando no se consigue alcanzar la perfección.

Empoderamiento, cuerpo y postfeminismo

Las autojustificaciones que tradicionalmente ha empleado este modelo médico-estético para expandirse son que está al servicio de la mujer y que son ellas las que lo demandan y deciden. En estas tres últimas décadas, este enfoque individualizado, en el cual cada individuo es responsable de su apariencia, no ha dejado de crecer impulsado por la retórica de la responsabilidad individual en el marco de las sociedades neoliberales. El mensaje “eres libre, puedes llegar a ser lo que quieras ser y tú eres la responsable de que ello suceda”, se ha repetido insistentemente y ha calado entre las mujeres ampliamente. Este mensaje es una relectura de la libertad de elección reinterpretada en estos años por los regímenes neoliberales. Esta relectura ha abierto el camino a nuevos discursos sobre la mujer que Rosalind Gill (2008) ha denominado postfeministas. Aplicados al cuerpo, estos discursos conciben a la mujer como un actor racional que realiza elecciones libres para mejorar su cuerpo y su apariencia siguiendo sus propios criterios. Para el modelo médico-estético, las mujeres no son un sujeto pasivo que se ve obligado a cumplir los mandatos corporales que desean los varones, sino que son un sujeto activo que decide utilizar los medios médicos, cosméticos, deportivos para aumentar su capital corporal.

Construirse a sí misma, alcanzar logros sea cual sea la posición social de origen, es central en estos discursos postfeministas. Incluso la idea de empoderamiento, muy en boga actualmente, se desliza frecuentemente a



esta óptica individual de reforzar los atributos individuales de mujer. La emancipación de las mujeres no vendrá de la mano de movimientos feministas, sino de mujeres fuertes, hechas a sí mismas, que eligen bien. Para el postfeminismo, este es el mejor antídoto contra las desigualdades con los hombres, que se reconocen, pero no se interpretan como un conflicto social. Siguiendo la estela del “si quieres puedes”, la valía personal te puede llevar más lejos que cualquier feminismo.

Los discursos postfeministas recogen algunos principios del movimiento feminista (la libertad sexual y de decisión sobre el propio cuerpo), pero sin conciencia ni memoria sobre cómo se han conseguido y cuál es su significado original. Se vacían de contenido social y se apela a la épica del esfuerzo individual. Tampoco se parte de que existan determinaciones sociales que impidan a las mujeres lograr mayores márgenes de libertad. En esta falta de contexto, el postfeminismo no pone el acento sobre la responsabilidad de los varones en la génesis de los procesos de desigualdad de género. Estos discursos se han difundido a gran escala y han aparecido en películas, libros, series, personajes popularizados (*Sexo en Nueva York*, *Bridget Jones* o *Madonna*, para ellas, es fácil empoderarse cuando acompaña un buen capital económico o simbólico).

Junto a la importancia del cuerpo, también el deporte ha sido fundamental en el discurso postfeminista. Se ha presentado como un espacio para el desarrollo personal, donde la mujer puede participar, decidir y hacer valer sus cualidades. Un espacio de empoderamiento donde incluso con cuerpos fuera del ideal estético pueden llegar a lo más alto. Las campañas para potenciar la actividad física y la salud se han asociado mucho a estos discursos donde la fuerza de voluntad se impone a cualquier barrera social. Todo se puede alcanzar con los poderes mágicos de la determinación personal. El ejemplo de *Serena Williams* ha sido muy utilizado para mostrar estos discursos acerca de que todas las mujeres pueden llegar a ser número uno en el tenis y en la maternidad. Estas invocaciones a un yo femenino fuerte pueden estimular en las mujeres la pasión, el sentido de pertenencia y la sensación de control. Sin embargo, los discursos sobre el empoderamiento deportivo femenino muestran debilidad cuando contextualizamos socialmente esos cuerpos deportivos fuera de la norma, marcados por la clase social, la etnia o la discapacidad física. Entonces, solo algunos héroes o heroínas llegan lejos. Por lo general, no triunfa quien quiere, sino quien puede.

A pesar de la instrumentalización, la mercantilización y la individualización que hemos repasado críticamente en los párrafos anteriores, cuidar el estado de forma es beneficioso para las mujeres. Sin embargo, es necesario conocer estas críticas para programar actividades que limiten los efectos negativos de los intereses económicos e ideológicos que se mueven en el campo del deporte, de la exaltación desbocada del cuerpo y de los delirios de grandeza corporal aplicados al deporte.

Más información:

Cole, C. L. (2000) 'Body Studies in Sociology of Sport', en J. Coakley and E. Dunning (eds) *Handbook of Sports Studies*, Thousand Oaks, CA: Sage.

Gill, Rosalind (2008), "Culture and subjectivity in neoliberal and post feminist times" *Subjectivity*, nº25, p.432-445.

Markula, Pirkko (2015) *Sport and the body. En Giulianotti, R.(ed.) Routledge Handbook of the Sociology of Sport*, (p. 272-282) Oxon-NY: Routledge

Sassatelli, Roberta (2016) Taming bodies, alluring affects. *Rassegna Italiana di Sociologia*, 4/2016, pp. 806-810, DOI: 10.1423/85548



Ficha 10

Les Sprinteuses: programa de emprendedoras deportivas (Francia)



Les Sprinteuses es un programa dedicado a apoyar proyectos de *startups* en el mundo del deporte dirigidos o codirigidos por mujeres. El proyecto está impulsado por el Ayuntamiento de París, La Française des Jeux (la empresa pública francesa de loterías apuestas deportivas), Le Tremplin (una incubadora dedicada a la creación de empresas en el ámbito del deporte), la Union sport & cycle (una importante organización profesional del sector deportivo que representa a 1400 empresas y más de 500 marcas) y, finalmente Paris Pionnières (otra incubadora de empresas dedicada a proyectos emprendidos por mujeres, este año ha cambiado su denominación por Willa).

El deporte y el mundo emprendedor están muy marcados por las desigualdades de género. Las 17 empresas deportivas que se lanzaron en la incubadora Le Tremplin en su primer año de funcionamiento estaban fundadas por hom-

bres. Esta dura constatación impulsó la creación del programa *#LesSprinteuses* para equilibrar la presencia de mujeres emprendedoras. El programa despegó en 2016 y acoge anualmente 5 proyectos. Esto ha hecho que la presencia de mujeres en la incubadora Tremplin haya crecido hasta alcanzar el 14% de los proyectos.

Desde la fase de pre-incubación de 6 meses se introduce a las mujeres emprendedoras en un ecosistema empresarial en el que los expertos de Willa y Tremplin impulsarán el “desafío” de los proyectos seleccionados. Durante este programa, se trabaja a través del coaching individual o colectivo de las incubadoras participantes en todas las etapas para desarrollar el negocio (visión, diseño de oferta, modelo de negocio, marco legal, *Lean Startup* y también financiación, estructura digital, creación del equipo, etc.). En un mundo competitivo como es el deporte, la empresa tiene mucho que aportar.

La primera edición de Les Sprinteuses seleccionó tres proyectos:

El primero *-Meet x Sweat-* ofrece actividades deportivas, guiadas por un coach, orientadas a crear *networking* deportivo, básicamente a compatibilizar deporte y hacer negocios, dado que los emprendedores tienen las agendas repletas de actividades y ello podría llevar a dejar de practicar deporte.

Fuente: <https://www.lessportives.fr/dans-lactu/appele-a-projet-les-sprinteuses-et-vivre-en-sport-les-programmes-d-incubations-de-willa/>

4.3. Tercera fractura del deporte femenino: mujeres en estratos sociales desfavorecidos y exclusión deportiva

Hemos visto en el apartado anterior cómo las desigualdades en la práctica deportiva de las mujeres vienen marcadas por los usos sociales del tiempo. Esta variable es clave para explicar la baja práctica de las mujeres, pues el menor tiempo de ocio restringe las posibilidades de dedicarlo a la actividad física. Esta forma de desigualdad, que afecta potencialmente a todas las mujeres, sin embargo, está muy determinada por la condición de ama de casa y por la clase social. De esta manera, ser ama de casa crea una fractura más fuerte incluso que la que existe entre varones y mujeres. La expresión “deporte y mujer” es muy indeterminada, ya que las mujeres de clases sociales más modestas no realizan apenas deporte.

Si a esto le añadimos algunas situaciones sociales, como el nivel de estudios o el residir en hogares con dificultades económicas, podemos concluir que las amas de casa de extracción social modesta viven, prácticamente, una condición de exclusión deportiva. La tabla 11, con datos procedentes del *Eurobarometer Sport and physical activity*, permite aproximarnos a estas situaciones vitales.

Las amas de casa y las mujeres de clases sociales modestas acumulan las tasas más bajas de práctica deportiva. Estas mujeres, con edades en torno a 45-55 años, dedicadas al trabajo doméstico, compatibilizado, a veces con empleos de baja cualificación, configuran la tercera fractura deportiva.

Tabla 11.- Nivel de práctica deportiva de amas de casa y otras condiciones sociales desfavorecidas en 2017 (%) y variación respecto a 2013 (entre paréntesis). (España)

Nivel de práctica	Total mujeres	Amas de casa	Hogares con dificultades económicas	Estudios primarios	Jubilados/as
5 días semana	13 (-3)	12 (-8)	9 (-2)	14 (=)	14 (-3)
1-4 días semana	24 (-3)	17 (+2)	19 (-5)	15 (-3)	14 (-3)
Menos de 3 días al mes	8 (-1)	3 (-4)	9 (-1)	7 (-1)	5 (-1)
nunca	55 (+7)	68 (+10)	63 (+10)	64 (+5)	67 (+7)

Fuente: *Eurobarometer Sport and physical activity* (2013, 2017). European Commission



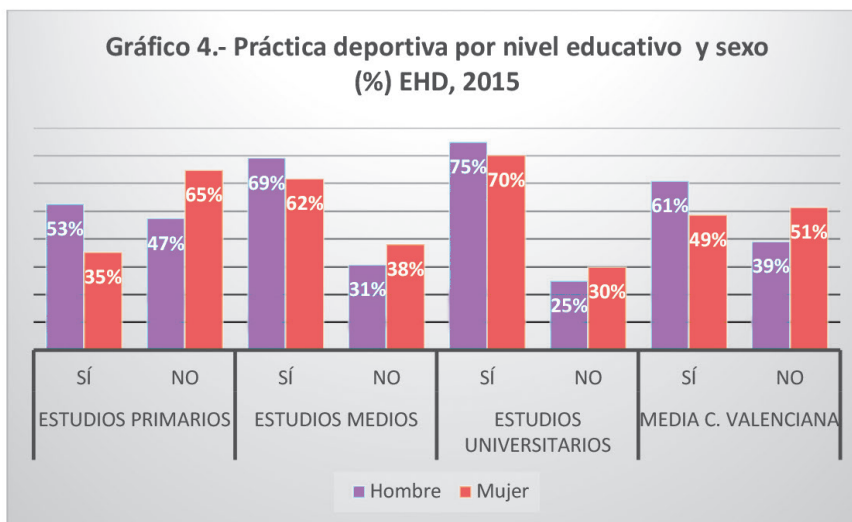
En 2017, siguiendo los datos recogidos en el *Eurobarometer sport and physical activity*, el 68% de las amas de casa nunca había practicado una actividad deportiva. Este dato ha crecido 10 puntos respecto a 2013.

A tenor de los datos, las amas de casa tienen un perfil de práctica deportiva incluso inferior al de los jubilados. Su situación ha empeorado entre 2013 y 2017. La necesidad de políticas específicas para elevar su nivel de actividad física es inminente.

La clase social crea entre las propias mujeres una brecha de práctica deportiva muy profunda. La práctica deportiva de mujeres con estudios superiores es del 70%, frente al 35% de aquellas con estudios primarios.

En 2017, las amas de casa figuran como el grupo social con mayores tasas de no participación en el deporte: el 68% de ellas responde que nunca ha practicado una actividad deportiva, este dato ha crecido 10 puntos respecto a 2013, asimismo, ha descendido la frecuencia de aquellas que sí practican. Este grupo de amas de casa presenta un perfil de actividad deportiva inferior incluso a los jubilados y jubiladas. Respecto a los otros indicadores que se recogen en la tabla 11, puede decirse que la situación deportiva de los estratos sociales más desfavorecidos ha empeorado notablemente, ha crecido por encima de la media el número de personas que no practican deporte y se ha reducido la frecuencia de práctica. Por ello, este grupo de mujeres en situaciones sociales desfavorecidas representa un perfil que necesita políticas sociales específicas para elevar su nivel de práctica.

La información anterior se completa con la del gráfico 4, elaborado con datos de la Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD-2105), donde se muestra la repercusión del nivel de estudios sobre la práctica deportiva. Es necesario señalar que los perfiles de práctica son muy diferentes entre las propias mujeres cuando consideramos el nivel educativo: se observa una práctica muy baja entre aquellas con estudios primarios (35%), frente a tasas muy altas de las mujeres con estudios superiores (70%). Además, este mismo gráfico nos permite observar una brecha muy marcada entre la práctica de mujeres (35%) y varones (53%) con estudios primarios. En el caso del nivel de estudios universitarios, la brecha entre mujeres (70%) y varones (75%) es mucho más pequeña. En la misma línea que los datos del Eurobarometer, la EHD nos muestra que las mujeres con estudios primarios presentan las tasas más altas de exclusión del deporte: un 65% no ha practicado nunca.



Respecto a la condición laboral de ama de casa, los datos de la EHD-2015 (tabla 12) nos muestran que en la Comunitat Valenciana las amas de casa tienen tasas de práctica muy bajas (20%). Este nivel es más bajo que el del conjunto de España (27%). En concordancia con los datos de Eurobarometer, estos niveles de práctica están por debajo de los que realizan los jubilados y jubiladas (29%). Por añadidura, esta misma encuesta muestra que cuanto mayor es el número de hijos menores de 14 años, menor es la práctica.

Tabla 12.- Práctica deportiva y condición social (%) CV-España

	Practica CV	No practica CV	Practica España	No practica España
Amas de casa	20	80	27	73
Jubilados/as	29	71	24	76
Estudios Primarios	21	78	22	78

Fuente: Encuesta Hábitos Deportivos, Ministerio Educación, Cultura y Deporte (EHD, 2015)



La llamada democratización deportiva, que se produjo a mitad de la década de 1990 en España y que trajo un fuerte aumento en la práctica deportiva, no alcanzó a las mujeres de los segmentos sociales más desfavorecidos: aquellas con bajos niveles de estudios y dedicadas a las tareas domésticas apenas han mejorado su nivel de práctica.

El modelo deportivo más extendido entre las mujeres españolas, que emerge de la modernización del deporte en los últimos treinta años -caracterizado por ponerse en forma, realizar una práctica saludable y tener una dedicación propia en el tiempo de ocio, relajante y tonificante para la vida cotidiana- no ha llegado a las mujeres en peores situaciones sociales y dedicadas a las tareas domésticas.

Una revolución deportiva incompleta

Cuando se analiza la evolución de la práctica deportiva en estos últimos treinta años, comprobamos que en el periodo comprendido entre 1980 y 1995 se produjo un proceso de democratización deportiva. El deporte se convirtió en un indicador de modernización durante la transición en España. Además de una sucesión de triunfos en grandes campeonatos, difundidos por los medios de comunicación, los Juegos Olímpicos de Barcelona contribuyeron a extender socialmente el deporte. Las tasas de práctica crecieron en ese periodo de manera muy considerable, tanto entre las mujeres (12 puntos) como entre los varones (14 puntos). Las mujeres partían de tasas muy bajas y, en ese período, muchas incorporaron el estilo deportivo a su vida cotidiana. Entre ellas, las más favorecidas fueron las más jóvenes, con niveles de estudios altos, con trabajo asalariado y extracción social más acomodada. Estas mujeres consiguieron reducir notoriamente la brecha deportiva con los varones y normalizar su acceso al deporte.

Sin embargo, el proceso de democratización mencionado no fue completo. No se difundió por igual entre todos los grupos de mujeres. Las que tenían niveles de estudios más bajos, con edades más avanzadas y dedicadas al trabajo doméstico, quedaron apartadas del terreno deportivo. De hecho, actualmente estos grupos de mujeres presentan todavía un elevado diferencial de práctica respecto a los varones, así como respecto a las mujeres con niveles de estudios superiores. La denominada democratización deportiva ha desatendido a las mujeres más desfavorecidas social y físicamente.

Por tanto, a pesar de la popularización del deporte en estos años, podríamos considerar a estas mujeres como excluidas de la aparente “democratización” deportiva. Su constitución física, sumada a su posición social, no aparece representada en el



deporte, que presupone cuerpos más o menos esbeltos o en proceso de serlo, además de presentarnos personas con vestimentas y equipamientos deportivos fuera del alcance de muchas mujeres de clase baja. Pocos las imaginan haciendo deporte. Las mujeres de estas clases sociales se han dado por perdidas para el deporte. El modelo deportivo más extendido entre las mujeres españolas, que emerge de la modernización del deporte en los últimos treinta años, caracterizado por ponerse en forma, realizar una práctica saludable y tener una dedicación propia en el tiempo libre, relajante y tonificante para la vida cotidiana, no ha llegado a las mujeres en peores situaciones sociales y dedicadas a las tareas domésticas.

Perfiles de exclusión deportiva

Los grupos de edad entre 45-55 años cuentan con una notable presencia de estas mujeres de las que estamos hablando. Se trata de una etapa en que sus cuerpos comienzan a ser más vulnerables, lo cual obliga también a analizar la privación del deporte en estos grupos en términos de salud. La Encuesta Nacional de Salud 2017 muestra que las mujeres de estas edades acumulan las tasas de sobrepeso más elevadas y los niveles de actividad física más bajos en el conjunto de las mujeres. Además, presentan consumos elevados de fármacos para el dolor, tranquilizantes, relajantes, pastillas para dormir o antidepresivos y estimulantes. Sus consultas médicas más frecuentes están relacionadas con osteoporosis, problemas cardíacos y mentales. Con este cuadro sanitario, el deporte jugaría un papel muy relevante para mejorar el estado físico y reducir las desigualdades de salud.

Múltiples estudios epidemiológicos han reseñado mejoras objetivas cuando se conjugan deporte y salud. Hay toda una serie de efectos comprobados del deporte

Por añadidura, estas mujeres en situación de “exclusión deportiva”, dedicadas al trabajo doméstico y con 45-55 años acumulan las tasas de sobrepeso más alta y los niveles de actividad física más bajos en el conjunto de las mujeres medidos por la Encuesta Nacional de Salud en 2017.

Acceder a la actividad físico deportiva podría traer a estas mujeres grandes ventajas en términos de salud: bienestar físico y mental, sociabilidad y mejora de la calidad de vida. Más allá del ejercicio físico de caminar, que las mujeres más mayores comienzan a realizar, los sistemas de promoción deportiva darían una nueva dimensión a la igualdad de género incorporando a estas mujeres a una práctica deportiva algo más intensa



y lúdica. Para ello, hace falta una oferta de actividades apropiada para conseguir que ellas se vean a sí mismas como activas en el deporte.

No es tarea fácil acercar a estas mujeres al deporte. Las dificultades que viven en este terreno son grandes: falta de antecedentes deportivos; escaso tiempo libre; coste de inscripción en actividades; dificultad de acceso a información; tiempo constreñido por las obligaciones familiares; burlas y extrañeza de cara a la práctica deportiva; resignación frente a un estado de forma física mediocre.

Es necesario comenzar con objetivos alcanzables para ellas y buscar estrategias para hacer de la actividad física un lugar acogedor.

sobre el bienestar, la mejora emocional, la sociabilidad y la calidad de vida, que se experimentan cuando se practica deporte. No faltan investigaciones para el caso de estas mujeres mayores (Tortosa y Vega, 2013), donde se destacan los beneficios saludables del deporte. Pues bien: estas mujeres tienen muchos obstáculos sociales para poder acceder a estos beneficios que conlleva la práctica deportiva.

Se trata de un perfil de mujeres que han recibido las recomendaciones genéricas lanzadas por el sistema de salud sobre lo beneficioso de la actividad física. De hecho, en la tercera edad, cada vez más mujeres dicen salir a caminar, un tipo de actividad física que también ha crecido entre las amas de casa. Ellas caminan más que los varones de la misma edad. Este ejercicio es, sin duda, muy recomendable. No obstante, además de caminar, consideramos que este grupo de mujeres de edades comprendidas entre 45-55 años tendría posibilidades físicas para practicar una gama más variada de actividades deportivas y, por tanto, es una prioridad que han de afrontar los sistemas de promoción del deporte. Sería un gran avance para la igualdad ampliar la oferta de actividades para estas mujeres y conseguir que se vean a sí mismas como deportistas.

El perfil de edad del grupo de mujeres donde se acumulan niveles más altos de inactividad física es en torno a 45-55 años. Sus dificultades principales son: la falta de antecedentes deportivos, el coste que supone la inscripción en gimnasios, la falta de información sobre la oferta de actividades, las dificultades de movilidad para acceder a las instalaciones, la falta de tiempo por los cuidados a los hijos y los estereotipos (que pueden provocar incluso burlas o una cierta condescendencia hacia ellas). Además, en ese momento de su ciclo vital, los problemas de enfermedades crónicas u otras dolencias pueden aparecer.



Por su pertenencia a las clases populares, algunas cuestiones dificultan aún más su incorporación a la actividad física. Por ejemplo, las campañas de promoción deportiva llegan peor a estos grupos, que consideran el deporte como algo alejado, no dirigido a ellas, así como también consideran lejanas las instituciones oficiales que lanzan las campañas. Debido en parte a esto, tienden a no leer los folletos. Por ello, la difusión de la información debería ser muy selectiva y realizada por pares o informantes de proximidad (tiendas, asociaciones), en todo caso una información cara a cara. Por añadidura, las mujeres se encuentran muy alejadas del deporte y la actividad física la asocian únicamente a las actividades domésticas o al trabajo: cargar, permanecer en pie, desplazamiento para compras, etc. Su ocio es muy restringido y poco dinámico, con consumos altos de televisión. Además, algunas falsas creencias condicionan negativamente su actitud ante el deporte: se consideran ya demasiado mayores, o sufren una enfermedad crónica y el deporte la puede empeorar, o piensan que hacer deporte es muy caro -las clases populares consideran que el deporte es para mujeres pudientes-, o que no es propio de las amas de casa o no les apetece ir solas a estas actividades, de hecho, muchas veces están solas.

Este panorama de dificultades se amplía cuando han comenzado a asistir a algunos programas ya existentes. Entonces, la dificultad reside en retenerlas, hacerles comprender la necesidad de continuidad. En estos casos, la formación de los monitores y monitoras es esencial para motivar, seleccionar prácticas deportivas o formas de actividad física adecuadas, apoyarse en la dimensión de la sociabilidad, fijar objetivos realizables y no ambiciosos -como, por ejemplo, cumplir las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS)-.

Los programas específicos que se han dirigido a estas mujeres no están muy extendidos y, por lo general, consisten o bien en realizar deporte en familia o bien en

Una de las estrategias ya experimentada es organizar programas de actividad física dirigidos a toda la familia. Existen experiencias en diferentes países europeos. Con la misma finalidad de atraerlas a la práctica deportiva, otros programas se han apoyado en la promesa de mejoras en la salud y la forma física.



programas en los que prima el vínculo entre actividad física y salud. En cuanto a los primeros, un ejemplo de este tipo de programa es "*Bien-Être Actif*", organizado por la Union Française des Oeuvres Laiques d'Education Physique (UFOLEP) en diversas regiones francesas con menores niveles de renta. Se trata de un programa fundamentalmente pensado para mujeres no practicantes de deporte y se aprovecha el incentivo de organizarlo en el marco de la familia. Se concibe como una escuela deportiva donde los participantes tienen un determinado número de sesiones y actividades planificadas, basadas en juegos cooperativos y actividades al aire libre. La propia concepción del programa elimina el problema del cuidado de los niños, que están integrados en la actividad junto a las madres, y se estudian detalladamente los horarios para no solaparse con las actividades cotidianas familiares. Programas similares se encuentran en Alemania (*Gemeinsam aktiv – Familie und Sport*) o en el Reino Unido (*Families Fund*). Un segundo tipo de programas está más volcado a la dimensión saludable de la actividad física. En estas últimas décadas, han proliferado programas basados en este binomio salud y actividad física como respuesta a los problemas de sedentarismo, incorrecta alimentación y bajo nivel de actividad física de la población. La OMS lanzó en 2005 la estrategia NAOS, que perseguía afrontar estos problemas y combatir la obesidad. Sus directrices han impulsado la puesta en marcha de campañas, programas y otras medidas de actuación que han acabado siendo el marco para la práctica de actividad física para los colectivos con mayores riesgos respecto a los problemas mencionados (como las mujeres que estamos considerando). En toda Europa, se han promovido programas de este tipo -"Guadagnare salute", en Italia; "*In Form*", en Alemania; Manger-Bouger, en Francia; "*Poids corporel sain*", en Suiza, etc. En España el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad ha creado los programas "*Movimiento Actívate*" y "*Activalandia*" -en este caso, más dirigidos a adolescentes y jóvenes- y el programa "España se mueve" (<http://españasemueve.es>), participado por numerosas instituciones privadas y públicas y liderado por el Consejo Superior de Deportes. Este programa abarca a todos los grupos de edad, pero tiene planes dirigidos a las personas desempleadas (programa "No te pares") y a las de mayor edad (programa "Muévete+"). En la Comunitat Valenciana, la Conselleria de Sanitat Universal i Salut Pública ha creado el '*Pla Bé*', que se enmarca dentro del IV Plan de Salud de la Comunitat Valenciana 2016-2020 y está orientado a adolescentes. Igualmente, la mencionada Conselleria, junto al Ayuntamiento de València mantiene el programa 'Actividad Física y Salud', que cubre las edades ente 30-64



años, y en el que participan los centros de salud donde se selecciona a pacientes con problemas de sedentarismo que se derivan al programa de actividad física.

En estos últimos años, en algunos países anglosajones las estrategias para atraer al deporte a mujeres tradicionalmente alejadas han apostado por un enfoque deportivo más directo. Este ha sido el caso de algunas campañas realizadas en los últimos años en Reino Unido o Australia, dirigidas a mujeres no practicantes, tradicionalmente excluidas del deporte, donde, sin abandonar las referencias a la salud, se lanza a las mujeres una interpelación directa para que accedan al deporte para divertirse, para disfrutar. La campaña *"This Girl Can"* se ha convertido en un modelo en cuanto a su eficacia. Los datos estadísticos parecen mostrar un cambio de comportamiento de las mujeres, aunque ha despertado también algunas críticas que reseñamos en la ficha siguiente y en el recuadro de anotaciones críticas.

En algunos países anglosajones, como Reino Unido o Australia, se han lanzado campañas de empoderamiento de estas mujeres, para incorporarlas a una práctica deportiva divertida y saludable que las iguale al resto de la población. El ejemplo de la campaña *"This Girl Can"* [ver ficha en el texto] es representativo de este tipo de actuación.

“ A tenor de los datos, las amas de casa tienen un perfil de práctica deportiva incluso inferior al de los jubilados. Su situación ha empeorado entre 2013 y 2017. La necesidad de políticas específicas para elevar su nivel de actividad física es inminente. ”

Ficha 11

Campaña: *This Girl Can*, Sport England (Reino Unido)



Lanzada en 2015 por Sport England -la organización gubernamental que gestiona el deporte en el Reino Unido-, esta campaña marca un cambio en la estrategia para atraer a las mujeres al deporte y a la actividad física. Aunque está inicialmente dirigida a las mujeres entre 15-60 años, realmente apela a las franjas de edades intermedias o con condiciones sociales y físicas más difíciles. Mujeres tradicionalmente apartadas del deporte por los estereotipos y las condiciones de vida.

En los medios de difusión *on line* de la campaña, se capta bien este propósito. Un diseño dinámico y persuasivo, basado en la imagen y los testimonios de mujeres, invita a romper con los mandatos que las relegan fuera de la esfera deportiva. La campaña realza los cuerpos “reales” de las mujeres y los distintos impedimentos físicos o sociales para la actividad física. La imagen de deporte no se limita al deporte competitivo, sino a una gama amplia de actividades de ocio deportivo y ejercicio, para motivar e inspirar a las mujeres a ser activas, tener visibilidad y ser emuladas por otras mujeres. Se hace hincapié en la necesidad de facilitar al máximo el acceso a la práctica deportiva mediante

la proximidad y la simplicidad de dichas prácticas.

Muy apoyada en los testimonios y retratos de decenas de mujeres que se integran en su web, la campaña se centra en la responsabilidad personal en el acceso al deporte, en el reto individual de romper con las barreras. En boca de sus críticos (Depper, Fullagar y Francombe-Webb, 2018), los mensajes se basan en la retórica neoliberal de la libre elección y en la activación de los cuerpos, que cada individuo -en este caso las mujeres- ha de tonificar, trabajar y esculpir a través del ocio activo. En el siguiente recuadro 5 ampliamos la información sobre esta crítica.

Estas críticas no quitan que la eficacia de la campaña haya sido considerable. Los datos de aumento de la práctica son considerables. Por un lado, permiten verificar que es



posible cambiar y crear nuevas representaciones sociales de las mujeres ante el deporte. Por otro lado, abren un debate sobre el alcance real, sobre la profundidad de sus logros a medio y largo plazo y sobre las bases ideológicas que están detrás de la campaña. Por su atractivo y eficacia, la campaña *This Girl Can* ha sido

replicada, prácticamente en los mismos términos, en otros lugares como la región australiana de Victoria - <https://this-girlcan.com.au/>

Fuente:

- Web de la campaña.



Recuadro 5.- Salud a la fuerza: la ideología de la salud a través del deporte

“La búsqueda de la salud se ha convertido en el principal factor patógeno”, escribió Ivan Illich en *Medical Nemesis*, estudio sociológico que abrió la línea de investigación sobre medicalización de la vida social a finales de los años setenta. La tesis de Illich era que el sistema médico había alcanzado una expansión arrolladora que, a veces, creaba problemas más graves que aquellos que trataba de solucionar. Producía, por ejemplo, efectos iatrogénicos en sus tratamientos, como esas bacterias que se hacen fuertes en los quirófanos y terminan con la vida del paciente. Además, la creación de poderosos sistemas sanitarios acababa catalogando como enfermedad pequeños problemas que antes se resolvían con formas sociales de atención y cuidado. Igualmente, el sistema de salud ha ido acumulando responsabilidades excesivas al ofrecerse como solución de enfermedades que son provocadas por disfunciones que crea el sistema económico o el sistema social, y que, en realidad, deberían solucionarse en esos ámbitos. Con tanto protagonismo, la medicina ha acabado en muchas ocasiones ocultando los orígenes socioeconómicos de las enfermedades.

Aun con la lúcida crítica de Illich y las posteriores investigaciones que han llamado la atención sobre la desbocada medicalización, esta ha seguido avanzando hasta hoy. Por añadidura, en estas tres últimas décadas, y fruto del auge de las concepciones neoliberales desde la década de 1980 en la organización social, otra tendencia se superpone a la medicalización. Se trata de la responsabilización de los individuos sobre su estado de salud. En estos años, la salud ha pasado cada vez más a concebirse como un producto de las decisiones y el cuidado de los propios individuos, que han de responsabilizarse de su estado de forma física y evitar los factores de riesgo del sedentarismo o la baja actividad física. En páginas anteriores hemos visto algunas críticas acerca de cómo la responsabilización actuaba sobre el cuerpo y sobre su ajuste a la norma estético deportiva. El funcionamiento sobre la salud es similar. De hecho, ya se ha divulgado el concepto de *saludismo*, que establece que la salud puede conseguirse a través del esfuerzo y la disciplina individual mediante la actividad física y el autocontrol para regular la forma y el funcionamiento del cuerpo. Veremos a continuación algunas críticas a esta idea de *saludismo* (*healthism*), que conjuga sistemáticamente la actividad físico-deportiva y el estado de salud.



El saludismo interpreta el deporte básicamente como un medio de perder peso y estar en forma. De hecho, en los inicios del saludismo en los años 80, el modelo de forma física y salud que se presentaba era el de deportistas esbeltos y esbeltas, con cuerpos flexibles y poco peso, normalmente coincidente con el de deportistas de alta competición, quienes someten el cuerpo a un duro entrenamiento para conseguir la forma física ideal para competir. Sin embargo, este ideal no parece haber llegado a todos los grupos sociales, no ha sintonizado con todos los grupos por igual para conseguir fomentar la actividad física saludable. Ha llegado a los sectores sociales mejor socializados en el deporte, que ven un incentivo en la competición meritocrática y en la valorización de su capital físico y apariencia (Lee, 2015). Sin embargo, ha llegado con más dificultad a otros colectivos, como las mujeres, para quienes la actividad física se rige por otros criterios (ocio, diversión, sociabilidad, juego y no tanto competitividad y disciplina deportiva). Además, para ellas, estos cánones corporales son muy complicados de alcanzar.

Para todos los colectivos a los que no ha llegado o que no han podido seguir el modelo de saludismo anterior -basado en un ejercicio intenso, una alta exigencia estético corporal y tipos de práctica deportiva a veces ajena a sus intereses-, las administraciones públicas han ideado numerosos programas de activación física para acercarse a un modelo de saludismo más rebajado, al alcance de estos grupos alejados de los cánones del deporte competitivo. A pesar de ser un saludismo de menor exigencia física, estos programas de activación individual y de auroresponsabilización han servido para afianzar el marco general del saludismo. Han metido en el redil a las poblaciones más alejadas, recuperándolas además para el rentable mercado deportivo privado -ropa, dietas, consumo de oferta deportiva-.

Para los grupos aún más reticentes, a los que no se ha llegado con los programas de activación -generalmente mujeres y varones con sobrepeso- se les ha sometido a condenas morales como personas de riesgo, que realizan malas elecciones vitales y son un coste para la sociedad, ejemplos negativos que hay que rechazar.

En este apartado, hemos visto cómo desde el saludismo se ha etiquetado a las mujeres de la amplia franja de edades intermedias, y sin apenas práctica deportiva, como problemáticas y “grupo de riesgo” debido a sus tasas de participación más bajas. Los programas que hemos presentado, como *This Girl Can*, responden al intento



saludista de reintroducir en el circuito deportivo a las mujeres de baja práctica. La campaña ha recibido críticas (Depper, Fullagar y Francombe-Webb, 2018) porque, en primer lugar, se ciñe al modelo saludista de responsabilizar individualmente a las mujeres de su salud y actividad física. En segundo lugar, porque no visibiliza las causas estructurales de las desigualdades de género en el deporte, que son las verdaderas responsables del alejamiento deportivo de las mujeres. En tercer lugar, porque lanza el mensaje, más que discutible, de que el deporte nos hace iguales, de que es un lenguaje universal, ignorando e invisibilizando los problemas reales y las discriminaciones diversas que afrontan las mujeres reales -discapacitadas, musulmanas, gordas, mayores, pobres- a la hora de afrontar el deporte. En cuarto lugar, por su sobrecarga de discursos de autoayuda, apelando a las emociones individualizadas y a la fuerza de voluntad individual, el empoderamiento y a la capacidad personal para cambiar su cuerpo. Con ello, se refuerza la matriz individualista neoliberal hoy hegemónica, y lo que es peor: pone aún más en riesgo a aquellas mujeres en peores situaciones, que no son capaces de asimilar y cumplir el discurso del empoderamiento.

La mejor contribución de estos programas, a pesar de las críticas anteriores, es la invocación al cuidado del cuerpo que puede lanzarse a este numeroso grupo de mujeres no practicantes, fuera del canon estético-deportivo. Este cuidado es, en todo caso, una oportunidad para ellas, la cual podría reinterpretarse con perspectivas no individualistas. Otra contribución es que la campaña permite reflexionar sobre otros diseños de programas dirigidos a estas mujeres, que apuesten por una visión más variada de la actividad física, -no necesariamente volcada al deporte-, más inclusiva, más colectiva, más participativa y basada en la salud comunitaria (Honta, Basson, Jakšić y Le Noé, 2018).

Esta dimensión social de la práctica deportiva es un componente fundamental e inexcusable a la hora de diseñar programas que puedan atraer a las mujeres. La práctica deportiva está integrada en los contextos sociales. Nuestra socialización deportiva depende de los recursos, instalaciones, tipos de deporte, prácticas de los padres, normas y roles sociales, etc. Se practica deporte si estos condicionantes lo impulsan. La existencia de colectivos o grupos sociales que no practican depende de estas variables socioculturales y no de una mala costumbre o un hábito censurable. Si alguien no practica deporte, y ello le lleva a estar en baja forma, no puede ser atribuido, ex-



clusivamente, a una mala conducta personal, sino a un mal funcionamiento de las estructuras y las instituciones sociales, que no han puesto los medios para evitar ese bajo estado de forma. Practicar o no deporte no depende únicamente de una elección personal. No se elige vivir un estilo de vida no saludable.

Las administraciones públicas deberían investigar e informar sobre cómo llevar una vida saludable y facilitar los contextos para que los individuos puedan seguir estas recomendaciones en el marco de una política pública, no individual. Esto nos permitirá comprender mejor los determinantes de las tasas bajas de actividad física cuando estas se produzcan.

La cruzada internacional contra la obesidad en estos últimos años ejemplifica bien los argumentos anteriores. No puede atribuirse a la persona obesa la responsabilidad de su situación si no se han puesto los medios necesarios para controlar los factores sociales que provocan la obesidad: regulación de alimentos, información sobre dieta, mayores recursos para la actividad física, etc. Las administraciones públicas tienen la obligación previa de hacer llegar estos recursos deportivos e informativos a los grupos sociales donde mayor es la propensión a la obesidad antes de culpabilizarlos.

Más información:

Depper, A., Fullagar, S. y Francombe-Webb, J. (2018). This Girl Can?: The limitations of digital do-it-yourself empowerment in women's active embodiment campaigns. In Parry, D, Johnson, C & Fullagar, S (eds). *Digital dilemmas: Transforming gender identities and power relations in everyday life*, Palgrave: Houndsmills. (pp.183-204).

Lee, Jessica (2015). Sport, physical activity and health. En *Giulianotti, R. (ed.) Routledge Handbook of the Sociology of Sport*, (p. 283-293) Oxon-NY: Routledge.

Honta, Marina, Basson, Jean, Jakšić, Milena y Le Noé, Olivier (2018). Les gouvernements du corps. Administration différenciée des conduites corporelles et territorialisation de l'action publique de santé. *Terrains & Travaux*, 32, pp. 5-29.



De la igualdad de género en el deporte a la igualdad de género a través del deporte

Imaginar el deporte en estos grupos de mujeres, tradicionalmente alejadas de la práctica deportiva, es complejo. Lograr atraerlas, promover cambios en sus pautas de inactividad, dedicar recursos escasos donde los avances no están garantizados y donde es difícil romper con las imágenes tradicionales, todos estos factores hacen escasear programas muy elaborados en este terreno.

La igualdad de género en el deporte se declina para ellas de forma muy diferente a la que corresponde a las mujeres más jóvenes, que forman parte del deporte competitivo, profesional o enmarcado en las federaciones. Para estas, el sintagma “igualdad de género en el deporte” tiene sentido, ya que están dentro del sistema deportivo y es necesario avanzar en la igualdad en el deporte competitivo. Sin embargo, para las mujeres que están fuera del deporte competitivo o federado, sería más apropiado otro enfoque, con avances más paulatinos, que comience por aproximarlas al deporte y que permita dar pasos hacia la igualdad social, no ya en el deporte, sino “igualdad a través del deporte”. Este podría entenderse como un medio para mejorar sus condiciones de vida y salud; para apropiarse de un tiempo, que cobra forma concreta en la práctica de una actividad deportiva, a ser posible en grupo, para ampliar así sus opciones de participación en la vida social. Igualdad de género en el deporte y a través del deporte son dos ejes del mismo objetivo.

Para el sociólogo Pierre Bourdieu (2000), el deporte representa una esfera privilegiada en la dominación masculina. En los terrenos deportivos masculinizados, los cuerpos ocupan ese terreno de manera que respondan y se comporten conforme

Frente a la igualdad de género en el deporte, que se ha convertido en una consigna presente entre las mujeres que participan del deporte competitivo, a estas mujeres les resultaría más adecuado otro enfoque, con avances más paulatinos, que comience por aproximarlas al deporte y que permita dar pasos hacia la igualdad social, no ya en el deporte, sino a través del deporte. Este podría entenderse como un medio para mejorar sus condiciones de vida. Igualdad de género en el deporte y a través del deporte son dos ejes del mismo objetivo.



Para estas mujeres, muy castigadas por los estereotipos de pasividad lanzados desde posiciones de dominación masculina, acceder a la esfera del deporte significaría apropiarse de su cuerpo activo, moviéndose en la misma esfera deportiva de los varones. Ocupar este espacio tiene mucho de subversión simbólica del orden de la dominación.

a esos arquetipos sociales que son el hombre viril y la mujer femenina. Estos espacios deportivos son un lugar de socialización y visibilidad de los cuerpos masculinos. Durante mucho tiempo, han sido, incluso, espacios privativos. Sin embargo, cuando las mujeres practican intensivamente deporte, y acceden a esta esfera masculina, se produce “una profunda transformación de la experiencia subjetiva y objetiva del cuerpo”. Para las mujeres esto significa que su cuerpo pasa a ser “un cuerpo activo” que evoluciona en la misma esfera deportiva de los varones. Ocupar este espacio tiene mucho de subversión del orden de la dominación. Si esto es así para todas las mujeres, para las mujeres más mayores y las amas de casa es más subversivo aún.

Deporte y experiencia sensible del cuerpo: del yo al nosotros a través de la actividad física y deportiva

Dos reflexiones complementarias prolongan la idea anterior. La primera consiste en preguntarse sobre el papel que podría tener la actividad física en relación con el cuerpo entre estas mujeres. La segunda trata sobre las posibilidades del deporte de crear sociabilidad, de ampliar y diversificar las relaciones sociales para ellas y de apropiarse de tiempo libre fuera del marco doméstico.

En cuanto a la primera, es necesario analizar y concretar los efectos potenciales sobre el cuerpo de la práctica deportiva. La corporalidad cumple un papel en la definición de la identidad personal y grupal. La identidad de estas mujeres está definida por la pasividad y la inacción y por tener un cuerpo físicamente fuera de la estética deportiva. Ocupar paulatinamente la esfera del deporte para todos y de la actividad física podría aminorar las discriminaciones que viven a raíz de su no participación. Es, seguramente, un recorrido difícil, pero consideramos que entrar en esta esfe-





ra deportiva podría ayudar a sortear, a romper con el ciclo de reproducción de los estereotipos, a subirse a las barbas de dichos estereotipos masculinos. Ello podría, siquiera a pequeña escala y con todas las cautelas, replantear las representaciones sobre el cuerpo y sus cánones hegemónicos, permitiría confrontarse con las imágenes dominantes en el deporte definidas por el marco binario de la masculinización. De repente, con su llegada al deporte, ninguna mujer quedaría fuera de este marco.

Además de lo anterior, la práctica deportiva genera cambios en la sensibilidad, la expresividad del cuerpo y las percepciones sensoriales sobre nuestro cuerpo y el de las otras personas. Estas percepciones forman la trama de la sociabilidad. Compartir a través del deporte las sensaciones de cansancio, esfuerzo, calor crea sentimiento de comunidad. El deporte hace compartir una experiencia sensible común a los que participan. Estas dimensiones fenomenológicas que desata el deporte y su relación con la experiencia social no están muy exploradas, pero si partimos de la hipótesis mantenida por un número importante de especialistas (Le Breton, 2007; Sabido, 2017) de que experiencias sensoriales comunes están en la base de la construcción de experiencias sociales comunes, recíprocas, el deporte puede ser una forma de comunicar el yo y el nosotras para estas mujeres.

Una segunda reflexión argumenta sobre las posibilidades del deporte de generar sociabilidad, de recrear y desarrollar nuevas relaciones sociales. Hemos visto que la socialización diferencial y los estereotipos vigentes sobre el cuerpo hacen sufrir a estas mujeres discriminaciones y una de ellas es quedar aisladas en el anonimato del hogar. Crear una sociabilidad deportiva propia, apartada del hogar -y de su muy frecuente subalternidad-, redimensiona el espacio y la identidad. Salir para practicar deporte encierra esta posibilidad que, sin embargo, no es fácil de concretar y necesita un apoyo de las instituciones que lo puedan facilitar.

La práctica deportiva genera cambios en la sensibilidad, la expresividad del cuerpo y las percepciones sensoriales sobre nuestro cuerpo y el de los otros. Estas percepciones forman la trama de la sociabilidad. Compartir a través del deporte las sensaciones físicas crea sentimiento de comunidad. Así, el deporte puede ser una forma de comunicar el yo y el nosotras para estas mujeres.



Además de los efectos sobre el cuerpo, el deporte podría actuar sobre la sociabilidad de estas mujeres. Crear una sociabilidad deportiva propia, apartada del hogar -y de su muy frecuente subalternidad-, redimensiona el espacio y la identidad. Salir para practicar deporte encierra esta posibilidad que, sin embargo, no es fácil de concretar y necesita un apoyo de las instituciones que lo puedan facilitar.

Aunque estas mujeres necesitan políticas más consistentes e integrales de igualdad de género, el deporte puede aportar su granito de arena en una definición más igualitaria de su tiempo libre y de sus relaciones sociales.

Las mujeres en peores situaciones sociales necesitan una actuación prioritaria en términos de igualdad de género en un marco social amplio, no solo ya en el deporte. Sin embargo, este podría aportar su granito de arena en una definición más igualitaria de su tiempo libre y de sus relaciones sociales. En su dimensión más grupal, la actividad deportiva es un lugar de encuentro y de refuerzo de la sociabilidad, agiliza la comunicación con nuevas amigas. Esto sucede, preferentemente, en espacios de proximidad y cercanía del domicilio: el barrio, la escuela, el parque, todos ellos puntos posibles para los encuentros deportivos. A esta proximidad espacial, se le une el hecho de compartir problemas y preocupaciones comunes en su vida cotidiana, elemento imprescindible para facilitar su interacción.

Sin subestimar los importantes problemas a que se enfrentaría un programa de política deportiva en este ámbito, su diseño y viabilidad no son imposibles, considerando las cualidades que estamos mencionando. Comentaremos dos últimas ventajas de estas posibles actuaciones deportivas. La primera es la organización del tiempo. Estas mujeres tienen una jornada intensiva, compuesta por un tiempo de trabajo doméstico y, en muchas ocasiones, también por un tiempo de trabajo remunerado. Por tanto, los programas deportivos han de cuidar al máximo su planificación temporal. Han de conocer y aprovechar la estructura de la jornada, los posibles desplazamientos para encuadrar la actividad física. La segunda ventaja de estas prácticas deportivas es que para estas mujeres puede suponer una aportación propia, deseada y construida por ellas, no una obligación, una carga, una tarea, un trabajo. Sin duda, estas actividades deportivas, habrían de ser pensadas con un enfoque familiar, implicando a los varones para no crear desigualdades de conciliación.

Ficha 12

Combatir la violencia de género en el deporte (Alemania)



El problema de la violencia de género no ha pasado desapercibido en el mundo del deporte. Al contrario, es uno de los ámbitos donde se produce de manera particular. Los medios de comunicación desvelan a menudo casos de abusos, violencia psicológica o malos tratos en el seno del deporte que afectan a deportistas, entrenadoras y árbitros. Las diferentes recomendaciones de los organismos europeos e internacionales sobre incorporación de la igualdad de género en el deporte señalan la violencia como un problema que es necesario abordar por constituir una de las manifestaciones más evidentes de la falta de igualdad. Es necesario precisar que la lucha contra la violencia de género ha sido objeto de una gran atención y que existen muchas iniciativas -carreras, campañas de sensibilización, manifiestos- que desde el deporte se han promovido en todo el mundo en esta última década.

Campaña: “Starke Netze gegen Gewalt: Keine Gewalt gegen Mädchen und Frauen”, (Redes fuertes contra la violencia: contra la violencia hacia niñas y mujeres)

Esta campaña, impulsada por la German Olympic Sports Confederation (DPSB) en colaboración con las federaciones de artes marciales y asociaciones de este sector fue iniciada en 2008, tiene como objetivo fortalecer la autoconfianza y la seguridad de las mujeres a través del deporte mediante el desarrollo personal y la oferta de entrenamiento en defensa propia y asertividad. Se pretende crear desde la campaña herramientas para mejorar la condición física y el bienestar de las mujeres y a la vez asociarse con los servicios locales de prevención de la violencia para definir estrategias conjuntas.

La campaña ha constituido una red de asociaciones y servicios locales (organizaciones de mujeres, ong, clubes deportivos) en la que participan por ahora 12 organizaciones que contribuyen a la difusión y a la creación de conciencia sobre los temas de la campaña. Anualmente se realizan dos reuniones de todos los miembros de la red y se entregan premios a instituciones particularmente comprometidas con la causa de la violencia en el deporte. La red ha cumplido diez años de funcionamiento y su objetivo inmediato para extender su actividad es alcanzar no solo los niveles federales sino regionales y locales.

Fuente: www.aktiongegengewalt.dosb.de

Ficha 13

Karate Grannies: autodefensa contra agresiones sexuales y robos a las mujeres mayores en Nairobi (Kenia)



En su escalofriante libro *Planeta de Ciudades Miseria*, Mike Davis explora el panorama de desolación urbana del Sur global donde millones de personas se acumulan en ciudades miseria, favelas, villas y otros asentamientos alrededor de las macrocapitales de los países en vías de desarrollo como Nigeria, India o Kenia. En Nairobi, capital de este último país, se concentra en su periferia todo el catálogo de problemas de salud, alimentación y criminalidad que Davis analiza. En uno de sus barrios, surge la iniciativa que recogemos en esta ficha, donde las mujeres mayores se organizaron para afrontar los problemas de violaciones, agresiones sexuales, asesinatos y robos de que eran víctimas. Korogocho es el nombre de este barrio en Nairobi donde habitan 200.000 personas en un pequeño espacio de terreno peligroso para las mujeres, sin iluminación, ni seguridad que frenen los ataques de los varones contra las mujeres.

Ante este panorama, las mujeres de edad avanzada se organizaron para poner algún freno a estos ataques. Crearon, así, el grupo 'Kickboxing Grannies of Korogocho', o 'Karate

Grannies', donde aprendieron algunas habilidades de defensa personal a través del Karate, para mantener la forma física, evaluar las situaciones peligrosas y atraer a los vecinos para su ayuda. Los jóvenes alcoholizados y sin recursos del barrio, acostumbrados a la violencia, las agreden sexualmente porque hay menos posibilidades de contagio del SIDA que con las mujeres jóvenes. Una monitora asesora y guía los entrenamientos.

Algunos informes locales estiman que esta organización ha incidido en una reducción de las agresiones en un 15%. Las abuelas también han ido un paso más allá, empoderando no solo a ellas mismas, sino también a las mujeres más jóvenes de su vecindario.

El caso de estas mujeres ha tenido mucha repercusión internacional. Numerosos medios de comunicación han recogido la noticia, han elaborado reportajes y cortometrajes muy laureados -como el de Brent Foster, cuyo enlace se apunta abajo-. Otras muchas iniciativas comienzan a incluir estas técnicas de autodefensa como un recurso más para la lucha contra la violencia. Esta autoprotección no supone necesariamente un enfrentamiento con los agresores que incluya la lucha, sino otras muchas estrategias de persuasión, transmitir experiencias y afrontar colectivamente su situación.

Fuente:

- Cortometraje Brent Foster "Enough: The Empowered Women of Korogocho" (2018)







Estudios de caso

5.1. Caso 1

Equipos alevines del Levante UD



Video caso 1

¿Quién ha dicho que las niñas no saben jugar al fútbol?

La historia del fútbol femenino español sitúa su origen en la primavera de 1914 con el Spanish Girl's Club de Barcelona. Un equipo que no tenía rival y se veía abocado a repartir a sus jugadoras en dos grupos para jugar partidos benéficos, aunque aquellos partidos no disputaran ningún palmarés sí despertaban comentarios de rechazo de asistentes y de prensa deportiva: *“Esta primera actuación de la mujer en el viril fútbol, no nos satisfizo, no sólo por su poco aspecto sportivo, sino que también porque a las descendientes de la madre Eva les obliga a adoptar tan poco adecuadas como inestéticas posiciones, que eliminan la gracia femenil”*, se leía en el diario El Mundo Deportivo del 11 de junio de 1914. Esta crónica parecía estar marcando una mirada ante la práctica femenina de ese deporte que ha perdurado -aunque con transformaciones evidentes- hasta la actualidad. Debieron pasar varias décadas, en concreto seis, hasta que la Real Federación Española de Fútbol reconociese el fútbol femenino, un reconocimiento, sin embargo, que no se tradujo en un inminente apoyo fáctico.

El desarrollo del fútbol femenino en nuestro país siempre ha sufrido un retraso evidente respecto al masculino. La práctica de este deporte, por parte de las mujeres, quedó condenada a una trayectoria anónima hasta que, a finales de 1970, comenzaron a aparecer los primeros clubs, entre ellos el Racing de Valencia que participó en

“

El fútbol femenino profesional, en nuestro país, todavía está lejos de disfrutar del mismo reconocimiento que el masculino que ocupa largos minutos televisivos y muchas más portadas de periódicos.

El Levante UD destaca por la promoción del fútbol en su escuela deportiva, donde se forma una cantera fuerte de niñas que juegan en los equipos alevines.

”



el primer campeonato femenino oficial celebrado en 1971. En 1997 la selección femenina de fútbol de España participaría por vez primera en la Eurocopa de Noruega y Suecia y casi una década después la selección disputaría su primer Mundial Femenino, en Canadá 2015. En la Eurocopa quedaron terceras, sin embargo, su triunfo no ocupó más que escasas líneas de algún que otro periódico. Este escaso interés demuestra que el fútbol femenino profesional, en nuestro país, todavía está lejos de disfrutar del mismo reconocimiento que el masculino que ocupa largos minutos televisivos y muchas más portadas de periódicos. Prueba de esta no correspondencia ha sido la propuesta de huelga por la firma de un convenio laboral para las jugadoras de primera división. Pero si estos debates enmarcan las dinámicas del fútbol profesional, otras preocupaciones mucho más básicas, relativas a la disposición de recursos, condicionan las posibilidades de existencia de los equipos que no están en ligas profesionales o de los clubs menos rentables.

Actualmente 16 equipos femeninos de primera división compiten en la Liga Iberdrola en la que, a propósito, el Levante Unión Deportiva Femenino es el tercer equipo que más títulos ha conseguido desde 1990 hasta la pasada temporada. El Levante UD femenino nace en el año 1998 cuando se unieron el Levante Unión Deportiva con el Club San Vicente Valencia. Fue uno de los primeros clubes en fichar a jugadoras de fuera de la Comunitat Valenciana. Es el caso de Rosa Castillo, jugadora veterana a la que hemos entrevistado y que desde 1998 ganó 3 ligas con el Levante hasta que colgó las botas en 2009 y pasó a organizar la sección femenina del club con un papel destacado en la formación de las futbolistas. El Levante UD destaca por la promoción del fútbol en su escuela deportiva, donde se forma una cantera fuerte de niñas que juegan en los equipos alevines, a las que hemos entrevistado para nuestro informe. Estos equipos alevines compiten en ligas mixtas, donde las chicas del Levante miden sus fuerzas con equipos de chicos. Ello las convierte en el mejor barómetro para observar la evolución de los estereotipos en el deporte y, en concreto, en el llamado deporte rey.

A pesar de iniciativas tan sólidas y bien organizadas como es la Escuela del Levante UD, en general estas fuerzas entre los chicos y las chicas están muy desequilibradas. El número de chicas que practican fútbol es muchísimo menor al número de chicos que lo hacen, esto resulta perceptible tanto en el ámbito profesional, como en el ámbito formal (escuela, presencia en los clubes, escuelas deportivas), e incluso en el ámbito informal (elección de



“ Los datos de la Federación de Fútbol de la Comunitat Valenciana muestran que solo 5 de cada 100 licencias de fútbol son de mujeres. ”

“ En la mayoría de los deportes, las chicas son tratadas como extrañas, ajenas, en el fútbol esto toma un cariz especial. En los patios de los colegios y en las canchas de fútbol (equipadas o no), las niñas que juegan al fútbol lo hacen en minoría, acompañadas por un número mucho mayor de niños. ”

las actividades de ocio). Ante este dato, se podría responder que esta diferencia es reflejo, simplemente, de una elección personal que lleva a las chicas a decantarse por otro tipo de deportes y actividades físicas distintas al fútbol. Sin negar la influencia que puedan tener las decisiones personales en la elección de actividad física, debemos reflexionar por qué hay niñas, chicas y mujeres que, aun gustándoles el fútbol como deporte, se alejan de él. Los datos de la Federación de Fútbol de la Comunitat Valenciana muestran que solo 5 de cada 100 licencias de fútbol son de mujeres. Si se compara la situación actual con la de los inicios de Rosa Castillo, en la década de 1990, nos damos cuenta que este 5% es una mejoría notable, sin embargo, esta mayor presencia no debe resultarnos suficiente. La prohibición de que las chicas jueguen a fútbol no es, obviamente, explícita, pero lo cierto es que hay “algo” en el fútbol que hace que ellas no se acerquen, o incluso peor, que abandonen las canchas. Este “algo” tiene que ver con un desajuste que se produce entre la imagen cultural que tenemos de dicho deporte y los estereotipos de género que definen lo que es propio y lo que no lo es para las mujeres.

En la mayoría de los deportes, las chicas son tratadas como extrañas, ajenas, en el fútbol esto toma un cariz especial. En los patios de los colegios y en las canchas de fútbol (equipadas o no), las niñas que juegan a fútbol lo hacen en minoría, acompañadas por un número mucho mayor de niños. Esta distribución desigual se proyecta en la práctica formal de este deporte, donde -como nos relatan nuestras jóvenes futbolistas entrevistadas- encontramos todavía muy pocos equipos femeninos de



fútbol y las niñas deben, necesariamente, jugar en un equipo de chicos en sus inicios. Jugar chicos y chicas juntos no constituye, en principio, ningún problema, más bien al contrario, “el deporte -dice una de las entrevistadas- no tiene género”, por lo que el hecho de que no nos fijemos en él para distinguir a las personas que forman un equipo, podría ayudar a combatir el impacto que los prejuicios de género tienen en la valoración que se hace de las chicas jugadoras de este deporte.

Las jugadoras del Levante UD entrenan los viernes por la tarde en el Polideportivo de Nazaret, con la brisa del mar al fondo, mientras otras niñas o niños están en sus casas o participando en alguna actividad extraescolar mucho menos exigente. El compromiso con el fútbol y el equipo de estas niñas es algo palpable en el ambiente, la dedicación y la seriedad que se vuelca en el entrenamiento se ve traducida en la concentración que ponen en los movimientos de pase, no están para ocupar el tiempo del viernes por la tarde, están para demostrar que pueden llegar a ser profesionales: “Yo es que confío”, responde una de las jugadoras cuando le preguntamos si se ve en esa situación. Anhelan dedicarse al fútbol de manera profesional y, por eso, se toman el equipo, la liga y los entrenamientos con un compromiso férreo. Rosa Castillo recuerda unos inicios igualmente intensos dónde combinaba los estudios universitarios con su juego en un equipo de fútbol en ciudades diferentes, separadas por 300 km: “yo lo que hago es que empiezo la carrera de educación física en Huelva y estudio en Huelva tres años... de Huelva yo iba a Málaga a competir, entonces iba Málaga a competir y volvía a Huelva”.

Cuando a las jugadoras del Levante UD les preguntamos por su futuro como jugadoras, responden con una gran madurez, proyectando una vida adulta donde tener un lugar en el mundo del fútbol profesional: “sería una gran experiencia y... que llevo trabajando muchísimos años, Ella muchísimos más, pero yo que llevo desde los seis años jugando al fútbol (...) y si sigo, si seguimos trabajando y seguimos luchando y esforzándonos yo creo que podemos llegar a muchísimo más que un chico”, ellas se preparan para ello y esa preparación comporta muchísimo esfuerzo. La vida, como dice Rosa Castillo acaba estando totalmente ligada al fútbol: “mi vida personal siempre ha ido ligada al deporte”. Sin embargo, la experiencia de esta jugadora veterana dista mucho de la de estas chicas en cuanto a las posibilidades de éxito que, en el caso de la niñez de Rosa, se percibían mucho más remotas.



El de las niñas es un esfuerzo no solo deportivo, sino también familiar. Estamos hablando de chicas de 11 años que necesitan una red cercana que sustente la trayectoria que han elegido. Las mismas jugadoras nos dicen que hay familias que “no lo ponen tan fácil” para que una niña juegue al fútbol, lo que demuestra que las familias juegan, en ese sentido, y como ya han demostrado muchos estudios, un papel fundamental en promocionar el deporte y en facilitar que las niñas tengan posibilidades en el fútbol. Las dos jugadoras que hemos entrevistado viven fuera de Valencia, una es de El Campello y la otra de Benicarló, y se desplazan todas las semanas para entrenar y jugar con el Levante. Ese desplazamiento lo hacen con sus familias, que esperan el tiempo del entrenamiento fuera del campo para volver a casa. También el apoyo de la familia de Rosa Castillo fue fundamental en su trayectoria, según nos cuenta: “mi padre me apoyaba, mi familia, mi hermano estaba a mi lado, jugaba con él también y como mi familia era lo más importante para mí y me apoyaba...”. Las familias hacen posible que los niños y las niñas puedan practicar un deporte o una actividad física. En el caso de ligas profesionales o semi-profesionales la intervención de las familias es todavía más necesaria, pero, además, hay veces, como en el caso del fútbol, que su compromiso es clave para que se abra la posibilidad de que una chica juegue un deporte que socialmente es visto como deporte de chicos.

Los equipos como el Levante UD están contribuyendo a desmontar esta imagen social, apostando claramente por el fútbol femenino y por la presencia de chicas en los equipos mixtos. Los cuadros técnicos están muy involucrados en este propósito y los entrenadores, que hoy en día son personas altamente formadas, “no como antes”, comenta Rosa Castillo, por lo general, trabajan sin hacer distinciones con las chicas, ellas mismas declaran que nunca han jugado “menos minutos por el hecho de ser chicas.” Es palpable que, actualmente, se destinan más recursos al fútbol femenino, con la estructura de las escuelas de fútbol, por ejemplo, convocando *clínicas* en distintas localidades de nuestro territorio. Todo ello permite, como añade Castillo, “darles la oportunidad a las chicas para que jueguen a fútbol, después pueden ser mejor o peor, pero tienen que tener la oportunidad.” Sin embargo, todavía no es suficiente y, como concluye Castillo, esa atención no debería decaer: “Venimos para quedarnos... Yo creo que ahí en cuanto inyecten un poco más de dinero vamos a explotar más.”

Según nos cuenta Rosa, cuando salía al campo la gente le llegaba a gritar: “¿Qué haces aquí?, ¡Vete a fregar los platos!” actualmente, estas expresiones son más reducidas. Sin embargo, aunque la situación haya mejorado mucho en los últimos años y a pesar de todo este esfuerzo de las niñas, las familias y los clubs por desactivarlo, a veces el fútbol sí tiene género y las chicas siguen recibiendo un trato diferenciado.





El fútbol como territorio de estereotipos

Cuando entramos en materia con las entrevistadas, estas identifican el trato diferenciado que se les dedica con personas ajenas a los propios equipos o clubs, así como con los contextos de juego de fútbol informal (patios, canchas...) dónde la imagen cultural diferenciada que se tiene de las chicas y de los chicos parece estar muy presente: “en el patio, eso que jugamos todos juntos cuando jugamos a fútbol (...) prefieren que chute otro que creen que va a chutar mejor y no que chute una chica”. Esto demuestra que a pesar de que hay sectores o iniciativas que promueven un cambio en este sentido, todavía quedan esferas en las que a la igualdad de género en el fútbol le queda trayecto por recorrer. En la situación a la que ha aludido una de las jugadoras y que se sitúa en un ámbito informal como es el patio del colegio, se produce una elección del jugador que chutará el balón desde la mitad del campo, pero esta selección no puede explicarse por una habilidad mayor en el chute, puesto que en este caso estamos hablando de escoger entre un niño que juega al fútbol y una niña que forma parte de la cantera juvenil del Levante UD. Debemos decir, más bien, que el motivo que justifica esta elección está ligado a los estereotipos de género, aún muy arraigados.

Los estereotipos de género son imágenes culturales relativas a cómo deben comportarse y relacionarse las personas según su género. En lo que se refiere al deporte, se da por sentada una diferenciación entre chicas y chicos que se basa en la asignación, a unas y otros, de rasgos específicos. Los estereotipos de género se proyectan, al igual que lo hacen en otras instituciones, en el deporte, y lo hacen como una premisa que distingue a hombres y

“ Es así como la fragilidad y la inferioridad atlética les serían aplicadas a todas las mujeres, en tanto grupo, como si de rasgos innatos se trataran. Unos rasgos que las homogeneizan convirtiéndolas en menos aptas para los deportes basados en determinadas exigencias físicas, como es el caso del fútbol. ”

mujeres situándolos en una dicotomía de caracteres. Es así como la fragilidad y la inferioridad atlética les serían aplicadas a todas las mujeres, en tanto grupo, como si de rasgos innatos se trataran. Unos rasgos que las homogeneizan convirtiéndolas en menos aptas para los deportes basados en determinadas exigencias físicas,



como es el caso del fútbol. Las niñas, las chicas y las mujeres que juegan al fútbol y que incluso lo hacen a nivel profesional, parecen estar poniendo en tela de juicio estos estereotipos totalizantes, las niñas que hemos entrevistado nos dicen: “obviamente tienen más fuerza los chicos que las chicas, en la mayoría de los casos, pero en lo demás yo lo veo todo igual, y hay veces que incluso podemos ser mejores”. Esto nos lleva a plantearnos: ¿existiría esa diferencia si niñas y niños practicasen actividad física con la misma presencia e intensidad desde la infancia?

“ Parece que la solución no pasa solo por incrementar la presencia de las mujeres en el fútbol, una estrategia por otra parte necesaria, sino que, para avanzar en la igualdad de género, es imprescindible la revisión de los parámetros que definen al fútbol en tanto que deporte. ”

Parece que la solución no pasa solo por incrementar la presencia de las mujeres en el fútbol, una estrategia por otra parte necesaria, sino que, para avanzar en la igualdad de género, es imprescindible la revisión de los parámetros que definen al fútbol en tanto que deporte. Si asumimos que el deporte es percibido como territorio tradicionalmente masculino, el fútbol, en nuestro contexto, es el ejemplo por antonomasia.

La concepción del fútbol actual pasa por esquemas dominantes que en nuestra cultura se asocian con lo masculino. Esto se aplica a las modalidades corporales que dan forma al “buen” jugador, un jugador que tiene resistencia, fuerza, rapidez. El modelo tradicional a seguir, incluso para las chicas, corresponde al de futbolista hombre, por lo que jugar con chicos o contra chicos no se percibe nunca como un agravio, sino como una oportunidad para mejorar como jugadoras, para acercarse más a ese ideal: “yo creo también que al haber jugado con chicos toda la vida, en un equipo de chicos y contra chicos, yo creo que me ha hecho más fuerte que si hubiera jugado en un equipo de chicas, es eso, que como los chicos tienen más resistencia, pues a lo mejor tú tienes más potencia”

Esta asimilación entre el fútbol y un (determinado) cuerpo masculino afecta no solamente a la idea que se tiene de la persona que practica deporte, sino también a aquella que entrena o que dirige un club. El número de mujeres que ejercen de entrenadoras de equipos de fútbol es muy reducido, prácticamente anecdótico para el caso



de los equipos profesionales y, en la mayoría de casos, su presencia queda relegada a una posición subalterna de segundas entrenadoras o reservada únicamente a los equipos de chicas. Hoy por hoy, en nuestro contexto, resulta casi inimaginable que una mujer entrene a un equipo de hombres que juegan al fútbol. En los cargos de dirección de los clubs la tendencia es muy similar.

“...a las chicas de hoy les cuesta justificar la relación entre las características físicas masculinas enfatizadas y la capacidad de gestionar y entrenar a un equipo de jugadores/as. El estereotipo no pasa desapercibido y es cuestionado directamente por estas nuevas generaciones.”

Es cierto que la escasa presencia de mujeres en las filas profesionales del fútbol, en comparación con la de hombres incide, sin lugar a dudas, en esta cuestión, es imposible que las chicas dispongan de referentes femeninos si estos son todavía hoy numéricamente minoritarios. Esto es algo a lo que las jugadoras entrevistadas responden con contundencia crítica:

“las chicas tenemos también que... también sabemos de qué va el fútbol, podemos explicar y podemos dar indicaciones de cómo es el fútbol, no sólo los chicos”. Si bien las generaciones anteriores de mujeres futbolistas no llegaban a imaginar esa posibilidad, a las chicas de hoy les cuesta justificar la relación entre las características físicas masculinas enfatizadas y la capacidad de gestionar y entrenar a un equipo de jugadores/as. El estereotipo no pasa desapercibido y es cuestionado directamente por estas nuevas generaciones que ven avanzar la presencia de mujeres en los puestos de poder y toma de decisiones de otros ámbitos de la vida cotidiana.

El paulatino crecimiento que se está dando en el número de mujeres profesionales del fútbol, nos plantea la incógnita de si esos modelos masculinizados experimentarán una renovación, es decir, si más allá de que sean identificadas como chicas también se abre la puerta a otros tipos de habilidades, capacidades, etc. o si, por el contrario, la identificación entre el fútbol y la exaltación de la dimensión física del deporte no permite imaginar otras maneras de jugar que no sean aquellas que asociamos a la masculinidad.



La asimilación entre el deporte y lo masculino se aplica también a la configuración del propio fútbol como deporte: las reglas del juego, el cómputo de goles como elemento que define la victoria, el tipo de interacciones que se dan dentro y fuera del campo, el ritmo de los tiempos de juego... todos estos elementos le dan forma a lo que reconocemos como el deporte de fútbol. El fútbol, como otros deportes de equipo, no concibe una versión feminizada de su entidad como tal, lo que implica que, aunque se juegue en equipos mixtos o se jueguen partidos mixtos, tanto a hombres como mujeres, a niñas y niños se les aplican las mismas normas y se vuelcan en ellos y ellas las mismas expectativas en el juego. Sin embargo, este rasero común que pretende no hacer distinciones de género, tiene su contrapartida.

“ El fútbol femenino se sigue viendo como una versión “descafeinada” del Fútbol con mayúsculas, es sistemáticamente comparado al fútbol masculino. ”

Por un lado, puesto que el tipo de juego que se ve enfatizado es equiparable al masculino, aquel juego que no lo cumpla totalmente (un partido que no tenga un ritmo rápido, donde no haya jugadas “vistosas”) no responderá a las expectativas que se tienen sobre el fútbol “en estado puro”. Esto cruzado con lo que ya hemos destacado en cuanto a los estereotipos aplicados a las chicas, da como resultado que los partidos en los que hay chicas

resulten menos atractivos. Lo importante de esta cuestión, es que esta deducción se aplica de un modo generalizado: es el fútbol femenino como modalidad de deporte en sí, el que no recibe atención, y en este descarte no incide totalmente la destreza de las jugadoras sino el prejuicio sobre la modalidad del juego. El fútbol femenino se sigue viendo como una versión “descafeinada” del Fútbol con mayúsculas, es sistemáticamente comparado al fútbol masculino, esta es la queja que se desvela de la postura de Rosa Castillo: “al final fútbol es fútbol para hombres y para mujeres y si hay Champions de hombres que haya para mujeres, si hay Europa League de chicos que haya para chicas”





El fútbol en presente

Es cierto que los partidos de fútbol femenino están despertando poco a poco mayor interés en comparación con la nula atención que recibían antes: “Yo a veces cuando estábamos ahí que no nos veía nadie, cuando estábamos ahí en esa época que no nos veía nadie, era como si tuviéramos una tapadera, ahí tapadas, esa tapadera... que no la destapaba nadie... yo tenía en mi cabeza es que tenemos una tapadera y cuando se destape...”, comenta Rosa Castillo contrastando el interés actual con el pasado desde su veteranía. Para ella, ahora se ha destapado con la participación en el mundial y con los éxitos de las selecciones sub 21, conseguidos gracias a las escuelas deportivas que han creado un marco al fútbol de las chicas.

Sin embargo, este interés todavía no es equiparable al que recibe el juego masculino y además queda muy limitado a los partidos de equipos profesionales a los que envuelve un mayor espectáculo: “hay veces que en el telediario es un notición el que han llegado a los 25.000 asistentes en un partido de fútbol femenino, cuando 25.000 asistentes, es casi lo normal en un partido de chicos aunque sea de segunda división, por así decirlo”. El fútbol femenino atrae menos espectadores, recibe menos cobertura mediática y menos atención comercial. Estos tres factores se conjugan retroalimentándose: sin visitantes no hay *sponsors* ni cobertura mediática, sin la noticia no hay empresas de publicidad... Sin embargo, y sin cuestionar la importancia de que el fútbol femenino reciba la misma atención que el masculino, cabe preguntarse por qué el juego femenino debe emular el masculino para ser tomado en consideración, es decir, si es posible pensar otras reglas, dinámicas, objetivos de este deporte que no se circunscriban necesariamente en lo masculinizado que, como sabemos, también tiene aspectos muy criticables.

Todo esto que acabamos de señalar, incide también en el tipo de juego que se espera de las chicas. Los equipos de chicas o las chicas que juegan en equipos donde mayoritariamente hay chicos, se ven en la necesidad de apropiarse de estos modos de juego y son valoradas con los mismos parámetros masculinos, como si la posición de desventaja de partida no existiera. Cuando una chica juega en un equipo donde la mayoría son chicos debe demostrar *ser uno más*, meter muchos goles, hacer buenos pases, parar los balones... ser identificada como la minoría, la excepción, coloca a estas chicas en la posición de verse obligadas a contradecir



los estereotipos que le son atribuidos. Dicho de otro modo, una chica que juega en un equipo de chicos debe camuflarse en las mismas actitudes y acciones que hacen ellos, es decir, debe confirmar que no es frágil ni tiene inferioridad atlética y, sobre todo, debe ser capaz de mimetizarse, dejar de ser identificada como chica.

De nuevo aquí los prejuicios actúan y, cuando son identificadas como no-chicos, el peso de la diferen-

cia recae sobre ellas con la expectativa de que no serán capaces de conseguir salvar con éxito ese ejercicio de camuflaje: “una vez que jugaba yo en el Benicarló, jugábamos contra un equipo masculino y que varios niños se reían y decían, ‘mirad tienen una chica de portera, vamos a meterles trece goles’, y después yo, yo se las paraba todas y después les ganamos además, les ganamos, y después pues no me querían ni mirar a la cara.”

Si se trata de partidos mixtos, y siguiendo la lógica a la que estamos apuntando, la expectativa que se vuelca es la de que los equipos femeninos pierden contra los masculinos. En las ligas mixtas, compiten en igualdad de condiciones, pero, por lo general, son solo casos excepcionales aquellos en los que les ganan las chicas a los chicos, cuando esto sucede, la victoria es tratada como un suceso extraordinario al que se da una cobertura especial, como se ha podido ver en algunos ejemplos recientes de triunfos de equipos de chicas en ligas con chicos. La mayoría de las veces ellas se conforman con no perder los partidos por muchos goles y en actuar como contrincantes dignos, es decir, en no hacer excesivamente visibles las diferencias que las distinguen de los chicos:

“(...) no hay que restarle importancia a que nosotras, siendo chicas, estamos jugando contra chicos que la mayoría son equipos que han sido bajados de la Superliga, entonces, claro, tampoco hay que quitarle importancia porque si miras los puntos, llevamos pocos puntos, pero todos los partidos perdemos, a lo mejor, tres a dos, uno a cero, pero claro nosotras luchamos y estamos ahí, no es un rival que nos van a meter 13”

“ En las ligas mixtas, compiten en igualdad de condiciones, pero, por lo general, son solo casos excepcionales aquellos en los que les ganan las chicas a los chicos, cuando esto sucede, la victoria es tratada como un suceso extraordinario al que se da una cobertura especial, como se ha podido ver en algunos ejemplos recientes de triunfos de equipos de chicas en ligas con chicos. ”



“Casi todos los partidos que jugamos es así, quedamos uno a cero, dos a uno, que estamos con los resultados bastante igualados, y ha habido partidos que estaban los niños pidiendo la hora...”

Después de todo lo expuesto y con la mirada puesta en los tiempos venideros para el balón, identificamos dos líneas estratégicas que convendría retomar en la conclusión de este apartado de análisis de caso. Si lo que

“ Por otro lado, cabe reflexionar también sobre si las características que se le atribuyen actualmente al fútbol: velocidad, competitividad, agresividad... no constituyen, precisamente, las causas de la expulsión de las chicas de las canchas, dicho en otros términos, y dado que estamos situándonos en un escenario de cambio, se podrá considerar si la enfatización de otras habilidades como la creatividad, el entusiasmo y la habilidad técnica en el fútbol podría incrementar el número de practicantes femeninas. Es entonces, cuando podríamos decir del fútbol que es un lenguaje universal que promueve la igualdad y no deja fuera al 50% del universo mujer. ”

se quiere es hacer del fútbol un deporte no solo igualitario, sino también promotor de la igualdad entre hombres y mujeres cabría plantearse, por un lado, la conveniencia de apostar por una convivencia más dilatada de chicos y chicas en los equipos, en este sentido, ampliar los equipos mixtos al primer año de cadetes, tal y como ha sugerido Rosa Castillo, podría constituir el primer paso que se diese en esta línea. Por otro lado, cabe reflexionar también sobre si las características que se le atribuyen actualmente al fútbol: velocidad, competitividad, agresividad... no constituyen, precisamente, los causantes de la expulsión de las chicas de las canchas, dicho en otros términos, y dado que estamos situándonos en un escenario de cambio, se podrá considerar

si la enfatización de otras habilidades como la creatividad, el entusiasmo y la habilidad técnica en el fútbol podría incrementar el número de practicantes femeninas. Es entonces, cuando podríamos decir del fútbol que es un lenguaje universal que promueve la igualdad y no deja fuera al 50% del universo mujer.

BUENAS PRÁCTICAS: EQUIPOS ALEVINES LEVANTE UD

- 1. La creación de Escuelas Deportivas** como la del Levante UD ofrece la posibilidad, a las niñas, de aprender un deporte que se concibe socialmente como masculinizado.
- 2. El contacto con jugadoras de fútbol veteranas,** en el rol de entrenadoras o miembros del club, contribuye a la visibilización de las mujeres en el fútbol y ofrece un referente a las nuevas generaciones.
- 3. El apoyo de los clubs y el reconocimiento** de los logros de los equipos femeninos ayudan a cuestionar los estereotipos de género que recaen sobre las mujeres en el deporte.
- 4. La pertenencia a un club de fútbol** que reconoce y demuestra su apoyo al fútbol femenino, lleva a que las niñas confíen en sus posibilidades para llegar a las mismas metas que los niños.



Vídeo caso 1



5.2. Caso 2

Valencia *Roller Derby*



Video caso 2

“ ¿Quién ha dicho que solo las chicas delgadas pueden patinar?
El *Roller Derby*, un activismo feminista sobre ruedas ”

El *Roller Derby* es un deporte femenino de contacto, velocidad y estrategia originario de EEUU. El *Roller Derby* en el que juegan hombres se identifica como *Roller Derby* masculino apostillando así la denominación. Hay también equipos mixtos, pero la gran mayoría no lo son. La mecánica del juego consiste en una carrera sobre patines en línea en una pista ovalada. Hay dos equipos que se enfrentan de cinco jugadoras cada uno, la *jammer* (corredora-anotadora) de cada agrupación intenta conseguir dar una vuelta a la pista en dirección contraria a las agujas del reloj, mientras las *lockers* (defensas) del otro equipo intentan evitarlo obstaculizando su paso mediante contacto físico reglamentario. El objetivo es anotar el mayor número de puntos sin que las/os diferentes árbitras/os que siguen sus movimientos rodando junto a ellas, les piten infracciones.

Actualmente, muchos de los equipos, entre ellos el Valencia *Roller Derby*, se acogen al reglamento de la WFTDA Women's Flat Track Derby Association. Esta Asociación derivó de la United Leagues Coalition (ULC), un foro participativo *on-line*, a través del cual las ligas de *Roller Derby* se comunicaban para organizar partidos interliga. Cuando este espacio fue creciendo, se hizo necesario un debate grupal sobre los objetivos y metas que definirían los



“ **El Roller Derby un deporte nuevo en nuestro país y, seguramente, debido a ello, llega a nuestras pistas con una concepción de la inclusión de las mujeres en el deporte muy distinta a la de otros deportes de larga trayectoria, que dan muestra de una mayor resistencia ante los cambios.** ”

“ **El Valencia Roller Derby, equipo de las jugadoras que hemos entrevistado, vincula este deporte de patines a un proyecto político feminista. Son deportistas, pero lo son en clave de un feminismo que las sitúa en un lugar propio ante el deporte.** ”

juegos que se dieran bajo esta coalición. En 2006, bajo la denominación ya asociativa, se redacta el primer reglamento para la marcación en pista. En 2008, se crea el programa de certificación de árbitras/os.

Una aspirante a formar parte de un equipo de *Roller Derby* debe pasar las marcas mínimas (*minimum skills*). Después de 2 o 3 meses entrenando hacen unas pruebas físicas (habilidad con los patines, rapidez en las vueltas a la pista...) y un examen también escrito. Este examen trata de valorar el conocimiento del reglamento de la WFTDA que ocupa 90 páginas de un PDF. Con las pruebas mínimas, lo que se certifica es que esa jugadora es segura tanto para ella misma como para otras participantes.

En España el primer equipo de *Roller Derby* fue el Tenerife *Roller Derby*, que se creó en 2010, al que siguió el Barcelona *Roller Derby* en el mismo año. Desde entonces los equipos se han multiplicado, el Valencia *Roller Derby* nace en 2011. En 2013, se crea la selección nacional de *Roller Derby*, *Team Spain Roller Derby*, la cual participó por primera vez en el *European Roller Derby Tournament* y, posteriormente, en el campeonato mundial *Blood & Thunder Roller Derby World Cup 2014*, celebrado en Dallas. Las Valencia *Roller Derby* han conseguido el 4º puesto en el Primer Campeonato Nacional de *Roller Derby* y el 3º puesto en el Iº Campeonato Nacional de *Roller Derby* WFTDA – ARDE.

La cronología que hemos descrito deja claro que se trata de un deporte nuevo en nuestro país y, seguramente, debido a ello, llega



a nuestras pistas con una concepción de la inclusión de las mujeres en el deporte muy distinta a la de otros deportes de larga trayectoria, que dan muestra de una mayor resistencia ante los cambios.

El *Roller Derby* en general, pero concretamente el Valencia *Roller Derby*, equipo de las jugadoras que hemos entrevistado, vincula este deporte de patines a un proyecto político feminista. Son deportistas, pero lo son en clave de un feminismo que las sitúa en un lugar propio ante el deporte: “Las mujeres y no solo las mujeres sino todas las personas deberían tener un espacio como el que tenemos nosotras aquí”. Este posicionamiento se nutre de dos de los ejes que articulan las posturas transfeministas actuales: la ruptura con los planteamientos binarios de género y la asunción de lo comunitario como modo de gestión de las relaciones y los grupos sociales, donde el cuidado toma un papel central. Nuestras conversaciones con las jugadoras del Valencia *Roller Derby* nos llevan a entender que para ellas no se trata solamente de que las mujeres tengan iguales oportunidades que los hombres en el deporte, sino que lo que pretenden es crear un espacio en el que, en primer lugar, sea posible redefinir la imagen normativa de lo que se entiende socialmente por “mujer”, aceptando la variabilidad de cuerpos y de expresiones de género y, en segundo lugar, sirva para proponer relaciones más igualitarias, consensuadas e implicadas en la organización y la práctica deportiva. En definitiva, lo que se extrae de las entrevistas con estas jugadoras es la articulación de un activismo feminista que utiliza el deporte como canal de transmisión de una postura política concreta: “El *Roller Derby* es femenino y feminista”.

La articulación de ese espacio es lo que se abordará en los apartados que exponemos a continuación.

Todos los cuerpos sirven, todas las feminidades caben en la pista

Asistir a un partido de *Roller Derby* es quedarse impresionada observando los empujones, las caídas, los bloqueos rudos al son de las ruedas de los patines que se deslizan por la pista. Este es, sin duda, un deporte de contacto. Son todas mujeres, mujeres que aplacan a la adversaria, mujeres que se abren a codazos intentando derribar un muro de cuerpos que impiden el paso, una imagen que consigue que pongamos en tela de juicio la premisa tan



compartida sobre la carencia de fuerza y potencia en las mujeres. El resultado de ello, unos moratones enormes que suben a la nube en sus Instagrams y muros de Facebook como si fueran trofeos. A una persona ajena al mundo del *Roller* toda esta escenificación puede parecerle violenta, agresiva, incluso incómoda; la lectura que hacen sus protagonistas matiza esa percepción: “no es agresividad, es energía, es el deporte donde las mujeres pueden hacer cosas fuertes.” Una afirmación que nos plantea la revisión de aquella primera lectura superficial.

Efectivamente, una segunda mirada hacia lo que sucede en la pista nos permite identificar el motivo de nuestro primer rechazo, el *Roller Derby* pone en escena unos modos de ser y actuar que interpelan el modelo de femi-

“ A una persona ajena al mundo del *Roller* toda esta escenificación puede parecerle violenta, agresiva, incluso incómoda; la lectura que hacen sus protagonistas matiza esa percepción: “no es agresividad, es energía, es el deporte donde las mujeres pueden hacer cosas fuertes” ”

nidad enfatizado en nuestra sociedad; remitiéndonos a las teorías transfeministas, podríamos decir que asistimos a una performatividad renovada del género en el deporte.

El desarrollo del deporte femenino se ha producido bajo un paraguas que intenta combinar dos elementos contruidos socialmente como opuestos: el deporte, percibido como actividad

masculinizada, y la feminidad, modelo social al que se le atribuyen parámetros de delicadeza y fragilidad de difícil acomodo a la práctica del deporte tal y como la entendemos actualmente. Esta dicotomía cultural lleva a que la inclusión de las mujeres en el deporte solamente pueda darse, bien en condiciones de mínima transformación del modelo normativo de feminidad, o bien en condiciones en la que esta feminidad se arriesga, lo que lleva a que las mujeres que practican algún deporte -más todavía en el caso de los deportes de contacto- sean descodificadas como semi-hombres (identificadas como “marimachos”, “machorras” etc.). El *Roller Derby* se apropia de esta última acepción para hacer de ello su propuesta política. Con el fin de articular esta propuesta, revisita los elementos constitutivos del deporte: la velocidad, la fuerza, la agresividad... y los integra en la actividad, reclamando la potencia y las altas dosis de adrenalina como algo que atañe también a las mujeres: “*Las niñas crecen en un mundo muy patriarcal que les enseña que son débiles*”, nos responde una entrevistada cuando preguntamos por la



pertinencia de que las niñas practiquen ese deporte; y es que los rodamientos que se le hacen a los patines en el *Roller* distan mucho de las gráciles piruetas del patinaje artístico, de lo que se trata aquí es de generar un espacio donde sean posibles otras feminidades, incluidas aquellas que se ven atravesadas por elementos masculinizados.

En esta transgresión a los parámetros de la feminidad, se va todavía más lejos, porque la propuesta política de apropiación y reelaboración de lo masculino en el deporte se combina con una dimensión de enfatización de lo corporal. La corporalidad es fundamental en el *Roller*, no solamente porque son muy diversas las partes del cuerpo que participan activamente en el juego (lo hacen las piernas que permiten el avance de los patines, pero también los brazos y manos, hombros, caderas y traseros... con los que se bloquea a las adversarias o se intenta abrir paso a la *jammer*); sino también porque, siguiendo las teorías del feminismo Queer, el cuerpo se convierte en el lugar de transgresión del género.

El *Roller*, como deporte, acepta una gran diversidad de cuerpos en su pista, esta es una de las cosas que percibimos al asomarnos a un entrenamiento, y con eso no estamos apuntando solamente hacia una intencionalidad por escapar de las corporalidades estereotipadamente femeninas, sino a una apertura en el concepto de cuerpo deportista que, por un lado, desdibuja la frontera entre el cuerpo masculino y el cuerpo femenino y, por el otro, da cabida a modalidades corporales muy diversas: cuerpos gruesos, delgados, altos, bajos... Las *rollers* entrevistadas son muy conscientes de la presión social que recae sobre los cuerpos de las mujeres por ser *demasiado* delgados o *demasiado* gruesos, su deporte, dicen, les ayuda a combatir activamente esta presión, demostrando que otros cuerpos son posibles: “quiero tu culo en mi equipo” tienen como consigna.

La afirmación de esta jugadora choca frontalmente con concepciones previas a propósito del cuerpo femenino que se presume *adecuado* para el deporte. En los equi-

“ El *Roller*, como deporte, acepta una gran diversidad de cuerpos en su pista, esta es una de las cosas que percibimos al asomarnos a un entrenamiento, y con eso no estamos apuntando solamente hacia una intencionalidad por escapar de las corporalidades estereotipadamente femeninas, sino a una apertura en el concepto de cuerpo deportista. ”

“ La afirmación de esta jugadora choca frontalmente con concepciones previas a propósito del cuerpo femenino que se presume *adecuado* para el deporte. En los equipos de *Roller Derby*, es muy común la presencia de cuerpos grandes, cuerpos que se lucen con camisetas ajustadas y pantalones cortos visibilizando la diversidad del cuerpo humano y poniendo en cuestionamiento muchos de los estereotipos que recaen sobre las tallas grandes. ”



pos de *Roller Derby*, es muy común la presencia de cuerpos grandes, cuerpos que se lucen con camisetas ajustadas y pantalones cortos visibilizando la diversidad del cuerpo humano y poniendo en cuestionamiento muchos de los estereotipos que recaen sobre las tallas grandes: *"tú puedes pesar 50 kilos y ser una crack en el Roller, o pesar 120 kilos y ser también una crack"*. Tal y como hemos señalado anteriormente, la concepción del deporte femenino actual viene asociada a una reelaboración del cuerpo femenino que practica deporte que pasa por la enfatización de la feminidad. Esto conlleva que asistamos también a la articulación de cánones de belleza atlética femenina. El cuerpo atlético femenino sería un cuerpo musculado, pero siempre delgado, en el que quedarían impresos los signos de la feminidad (depilación, cabello cuidado, maquillaje, equipamiento feminizado...); desde el *Roller Derby* se proponen *otros* cuerpos deportivos, porque todos ellos se leen como piezas clave en la articulación de la potencialidad del equipo. La mirada está puesta en la complementariedad de las fisonomías que deben encajar *"como en un Tetris"*, en palabras de una de las entrevistadas, formando un muro de caderas, piernas, hombros y brazos impenetrable. El relato que hacen las jugadoras sobre cómo se moldean estos muros humanos en cada *jam* nos lleva a entender que el tacto, el agarre, el contacto son necesarios para dar forma a esas murallas humanas, lo que se deriva de ello es el necesario aprendizaje sobre el propio cuerpo y sobre los cuerpos de las compañeras en ese encaje estratégico que demanda el *Roller Derby*.

Pero todavía se puede ir más lejos porque podemos decir, de nuevo desde una lectura queer, que se atiende al proyecto corporal como instrumento de subversión de género. La transformación del cuerpo a través del ejercicio físico es evidente: *"es lo que hace el Roller Derby con mi cuerpo"*, el cuerpo *Roller* es un cuerpo que se moldea, es proyecto, y la puesta en valor de esta transformación se utiliza para demostrar la maleabilidad de los cuerpos, alejándose así de las concepciones estáticas de la corporalidad. Hay una pretensión por hacer evidente que es posible forzar las características diferenciales que se asignan a los cuerpos femeninos y masculinos y que, normalmente, se justifican mediante la naturaleza. El trabajo con el cuerpo les hace sentir más fuertes, más seguras de sí mismas, y esto resulta muy gratificante: *"da mucho placer ver mes a mes cómo aprendemos a utilizar nuestro cuerpo y el de nuestras compañeras, cómo avanzamos con la complicidad de nuestros cuerpos"*.



“ **La lucha por la diversidad sexual y de género constituye una de las insignias del deporte y del equipo que estudiamos, no en vano nos hemos referido a este deporte como activismo feminista. Un activismo que se hace patente, por ejemplo, en las banderas multicolor que llevan en cascos, vestimenta o brazaletes, o en la definición de “jugadora” de Roller Derby que manejan.** ”

El desafío que propone el *Roller Derby* atañe a la concepción del deporte, del cuerpo y, por lo tanto, del género. La articulación de este deporte en tanto que propuesta política que, como ya hemos señalado, consigue disolver la distinción entre las habilidades y potencialidades que se asignan al deporte típicamente femenino y al deporte masculino, abre la puerta a la diversidad de expresiones de género. Los cuerpos que se deslizan con patines por el parqué, desafían la

mirada que intenta asignarles un género, el binomio chico/chica no opera como categoría identitaria en muchos de estos casos. No obstante, el alcance de esta reivindicación excede la dimensión identitaria, es decir, no es solamente que las personas con expresiones de género o identidades sexuales no normativas se sientan acogidas por este deporte: “*yo nunca he tenido que salir del armario, nadie me ha preguntado, ni se ha extrañado de nada*”, nos dice una entrevistada; es que la lucha por la diversidad sexual y de género constituye una de las insignias del deporte y del equipo que estudiamos, no en vano nos hemos referido a este deporte como activismo feminista. Un activismo que se hace patente, por ejemplo, en las banderas multicolor que llevan en cascos, vestimenta o brazaletes, o en la definición de “jugadora” de *Roller Derby* que manejan. El deporte no suele ser espacio seguro para las personas LGTB+, el Valencia *Roller Derby* es un equipo que lleva el deporte *con orgullo*.

¿Quién es el sujeto que puede participar en un equipo de *Roller Derby*? Les hemos preguntado a nuestras entrevistadas. La respuesta rápida parece una obviedad: son mujeres; sin embargo, el reglamento de la WFTDA, la Women’s Flat Track Derby Association (Asociación Femenina de *Roller Derby* en Pista Plana) perfila la definición: puede ser parte del equipo toda aquella persona con una expresión de género próxima a la feminidad. Esta matización abre la puerta a las personas trans, no binarias, de género fluido... La relevancia de esta categorización no debe pasarnos desapercibida, con esta apuesta la WFTDA y todos los equipos que se acogen



RAYD

VALENCIA
ROLLER DERBY

VALENCIA
ROLLER DERBY

VALENCIA
ROLLER DERBY

VALENCIA
ROLLER DERBY



a su reglamento superan la categoría nominal (hombre-mujer), definida por la asociación entre sexo-género, para atender solamente al género. En este caso, se entiende como deporte femenino aquel que se juega desde lo no-masculino. Sin embargo, podríamos pensar que dicha definición, en principio, también daría paso a aquellos hombres con una posición política feminista: *“no podría ser de otra manera, alguien que no siguiera nuestra ideología no se sentiría cómodo en el equipo”*. Los hombres pueden jugar en un equipo de *Roller Derby* no-masculino siempre y cuando cuenten con el beneplácito de las jugadoras: *“no es que a los hombres se les deje de lado, pero no se les da el lugar principal”*; dicho de otro modo, se espera de los hombres del *Roller Derby* que se desprendan de su posición privilegiada para ocupar lugares de menor protagonismo. En las filas de las Rayo-Docker -uno de los equipos dentro del Valencia *Roller Derby*- la discusión sobre si abrir la puerta a la participación de chicos en el juego está encima de la mesa y lo hace, según extraemos de lo explicado por la entrevistadas, desde los mismos debates que se libran en el feminismo actual: ¿Son los chicos capaces de sumarse a las dinámicas de cooperación establecidas o reclamarán su posición masculina para obtener ventaja? ¿La entrada de los hombres al equipo lo redefine como espacio seguro, propio? Los hombres pueden tener otros lugares en un equipo de *Roller Derby* que no sea jugar los partidos, pueden entrenar y ser entrenadores -aunque algunas de las jugadoras se han manifestado en contra de esta opción también-, pueden hacer de árbitros o de oficiales sin patines (NSO-Non Skating Officials), o simplemente de voluntarios, de apoyo.

El activismo feminista que practican no se pliega únicamente sobre el equipo, sino que destinan tiempo también para su difusión. Esto es algo que se recoge también en los preceptos de la WFTDA y que el Valencia *Roller Derby* asume como función propia. Eso significa que participan en actividades formativas en Institutos de Secundaria, ferias y eventos feministas para hacer partícipe al resto de ciudadanía de su propuesta de imbricación entre feminismo y deporte.



Más allá de calzarse los patines, la autogestión del equipo como propuesta de organización

La inclusión del proyecto feminista en el deporte que se hace desde el *Roller Derby* no solo implica una dimensión individual, sino que también involucra una dimensión comunitaria. Las Valencia *Roller Derby* Rayo Dockers son un equipo autogestionado y, mayoritariamente, autofinanciado, esto significa que entrenan y compiten al margen de la estructura de la Federación Española de Patinaje -a la que pertenecían anteriormente- y que no disponen de una figura de gestión profesionalizada que se encargue de la organización del equipo. No hay Club, el club son ellas. La traducción de esta ausencia federativa es la articulación de una estructura horizontal de comisiones de trabajo (los comités) dedicadas a asumir y gestionar sus necesidades como equipo, hay comités orientados a las necesidades de entrenamientos y competiciones y otros comités orientados a dar sustento al equipo (visibilidad, patrocinio...): comité de entrenamiento, comité de tesorería, comité técnico, comité de patrocinio, comité de partidos... son solo algunos de estos grupos de trabajo temáticos en los que las personas que forman parte no son profesionales sino jugadoras que, gracias a sus habilidades, experiencia, ocupación laboral, se consideran útiles para la tarea que ahí se desarrolla.

Otra cuestión fundamental asociada a esta gestión autónoma es la implicación directa en la toma de decisiones que incube a cuestiones relativas al equipo, al juego y a las jugadoras. En este momento, el Valencia *Roller Derby* tiene cincuenta jugadoras distribuidas en dos equipos: el A (Rayo Dockers) y el B (Rayo-B Lockers). Formar parte del equipo A o B no depende solo de la habilidad patinadora de la jugadora sino, sobre todo, de la asistencia a los entrenamientos, también de la implicación en los

“ **Las Valencia *Roller Derby* Rayo Dockers son un equipo autogestionado y, mayoritariamente, autofinanciado, esto significa que entrenan y compiten al margen de la estructura de la Federación Española de Patinaje -a la que pertenecían anteriormente- y que no disponen de una figura de gestión profesionalizada que se encargue de la organización del equipo.** ”



comités de trabajo, pero depende también de decisiones personales. Esto quiere decir que una jugadora muy buena con nivel para estar en el equipo A (el primer equipo), puede sentir que la competitividad y la presión que supone jugar en el primer equipo no le satisface y jugar en el equipo B, o darse situaciones en que la implicación de una jugadora decaiga por algún motivo: *“no porque seas buena patinadora vas a estar en el A, porque igual patinas muy bien, pero si no vienes a los partidos no sabes de estrategia”*. A aquellas que más se les exige, en entrenamientos, en capacidades etc., es a aquellas que forman parte del comité técnico, sobre ellas recae mucha de la responsabilidad de selección de jugadoras para los partidos (actualmente, hay excedente de jugadoras y esto impone la selección), o indicar los ejercicios en los entrenamientos, las jugadas, etc. En toda esta articulación de dos equipos, y desde esta mirada colectiva del juego a la que ya nos hemos referido, se perfila la figura de las *crossover*, jugadoras a caballo entre el primer equipo y el segundo, que entrenan con el equipo A para trabajar después con el B lo aprendido. En última instancia, esta figura actúa como correa de transmisión de las mejoras que ofrece un equipo a otro, dinamizando el progreso en el juego de las jugadoras del equipo B y convirtiéndose en punta de flecha de las jugadoras más noveles.

La implicación directa en la toma de decisiones incide también en la selección de partidos o ligas en las que participan o en la distribución de los tiempos y roles de las jugadoras. El papel activo



que asumen en el equipo pasa por la capacidad de poder elegir, ellas mismas, en qué posición juegan, es decir, es la jugadora con su experiencia propia quien decide si se siente a gusto en una posición de bloqueadora o si siente que tiene habilidades para ser *jammer* y correr por la pista. Puede suceder que sus compañeras consideren una posición en la que podría despuntar, pero finalmente la decisión está en la jugadora. Las posiciones, por otro lado, no son definitivas, hay jugadoras que adoptan roles distintos según el partido o que prueban sus habilidades en alguna ocasión concreta, pero la implicación en el equipo tampoco es una exigencia, se asume una responsabilidad para con el equipo, pero se aceptan las necesidades que puedan tener las jugadoras que pueden llevarlas a reducir la presencia: *“si una de nosotras tiene exámenes, o tienes niños pequeños...”*; *“yo el próximo partido no lo podré jugar o estos meses estoy de exámenes y no podré venir tanto”*. Esta responsabilidad condicionada que nos relatan las entrevistadas nos hace pensar que, mediante este modo de organización, parece mucho más sencillo conciliar la vida personal con el deporte, y además, el cuidado de las personas pasa a tener un papel central, el equipo cubre porque el equipo cuida.

La salida de la federación respondió, según nos explican las jugadoras, a una desavenencia en los puntos de vista sobre las exigencias del juego y de las normas que lo debían regir: *“la federación se manejaba con números, tantos números haces... y nosotras no respondíamos a esos números”*. Como sucede en otros muchos deportes minoritarios, los recursos con los que se cuenta y la atención que se recibe están íntimamente ligados al impacto social (sobre todo económico) que se consigue, el *Roller Derby* moviliza -“todavía”, apunta una de las entrevistadas- a un número reducido de espectadoras y espectadores por lo que, de manera correlativa, recibe una escasa atención de patrocinadores y demás eslabones de la cadena comercializadora del deporte (televisión, marcas...). Sin embargo, las entrevistadas del Valencia *Roller Derby* hablan de esta situación aludiendo a la libertad de acción que les proporciona el estar desvinculadas de la vía federativa.

Ser un equipo autogestionado les ofrece la posibilidad de asumir una posición activa en su propio proyecto *“en vez de hacer lo que otros dicen, porque ellos, dicen, son los que saben”*. Estar al margen de los canales tradicionales del deporte competitivo, asumir una posición proactiva en el funcionamiento del equipo constituye, para las jugadoras que hemos entrevistado, un pilar fundamental de su posicionamiento feminista porque, tal y como ellas



lo entienden, se trata de proponer otros modos de gestión del deporte en el que las jugadoras no se conviertan *“en el producto sin voz ni voto en manos de clubs, entrenadores y managers”*. No se decide *por* las jugadoras, se decide *con* las jugadoras, lo que las lleva a asumir una responsabilidad para con el equipo que no está sometida a un control externo en el que delegar las decisiones, sino que pasa por el compromiso propio con el equipo. Esta fotografía de las dinámicas parece demasiado edulcorada, por lo que nos cuentan las Rayo Dockers también se dan conflictos entre jugadoras o desacuerdos en decisiones tomadas, pero en esos casos se activa el Comité de Mediación que vela por solventar las posibles desavenencias.

La alternativa, para poder jugar partidos y competir con otros equipos de *Roller Derby* desde una postura distinta, ha venido de la WFTDA. El equipo Valencia *Roller Derby* no forma parte de esta asociación y, por lo tanto, no compite en sus campeonatos, pero está adherido a su reglamento y, fundamentalmente, a su ideología: *“porque la vida es política y el deporte también es política, entonces intentamos, en la medida de lo posible, visibilizar la parte política del deporte”*. Este organismo internacional regula la modalidad de *Roller Derby* más extendida, una de sus características principales, más allá de arrogarse una postura feminista inclusiva ante el deporte, es la de responder a una organización participada y consensuada, según la cual son los propios equipos integrantes

“ Estar al margen de los canales tradicionales del deporte competitivo, asumir una posición proactiva en el funcionamiento del equipo constituye, para las jugadoras que hemos entrevistado, un pilar fundamental de su posicionamiento feminista porque, tal y como ellas lo entienden, se trata de proponer otros modos de gestión del deporte en el que las jugadoras no se conviertan “en el producto sin voz ni voto en manos de clubs, entrenadores y managers”. ”

de la asociación quiénes se encargan de revisar, modificar y enriquecer el deporte del *Roller Derby*. Esta gestión comunitaria crea, en las jugadoras, una sólida identidad grupal y un fuerte sentido de pertenencia a un proyecto colectivo: *“jugamos con nuestras propias reglas”*. Esto a lo que estamos aludiendo explica el hecho de que muchas de las jugadoras que hemos entrevistado rechacen hablar del *Roller Derby* como deporte: *“En el Roller Derby solo el 10% tiene que ver con el deporte, lo demás es comunidad, es hermandad”*. El significado que

le otorga esta entrevistada al concepto de “comunidad” tiene tres dimensiones: una individual de acogida, solidaridad y ayuda mutua entre las jugadoras, sabemos de personas que llegan de distintas partes del país y del mundo y encuentran en el equipo un grupo de iguales; otra de colaboración e implicación directa para conseguir el objetivo común de equipo. Las jugadoras nos relatan la cantidad de tiempo que invierten en tareas de sustento del equipo: redacción de proyectos, gestión de las redes sociales, organización de los partidos..., todo este tiempo y esfuerzo va destinado a hacer posible un bien colectivo: *“sin todo el trabajo que se hace fuera de pista, no sería posible lo que hacemos en la pista”*. Por último, una dimensión que supera la dimensión local y se expande a nivel internacional: intercambian versiones de las reglas del juego en idiomas distintos, alojan a jugadoras desplazadas para un partido o, tal y como nos ha contado una jugadora que formó parte de un equipo de *Roller Derby* de Rusia, se dan casos en los que se integra a un equipo de otro país en la liga nacional cuando este no tiene con quién competir en su territorio... dicho de otro modo, crean una red de conocimiento, solidaridad y soporte en la que, cuando traspasan la pista dejan de ser rivales para ser parte de una familia.

Desde otro nivel de las cosas, el hecho de ser equipo autogestionado también obliga a garantizar un número de jugadoras lo suficientemente grande como para poder competir, el reclutamiento de nuevas jugadoras no depende ni de clubs, ni de “ojeadores”;





“ El reclutamiento de nuevas jugadoras no depende ni de clubs, ni de “ojeadores”, sino de su propia capacidad para convocar a posibles freshmeat, que es como denominan a las jugadoras de una nueva temporada. Cada temporada el Valencia Roller Derby Rayo Dockers organiza una jornada de puertas abiertas para atraer nuevas jugadoras. ”

sino de su propia capacidad para convocar a posibles *freshmeat*, que es como denominan a las jugadoras de una nueva temporada. Cada temporada el Valencia *Roller Derby* Rayo Dockers organiza una jornada de puertas abiertas para atraer nuevas jugadoras. La consigna de reclamo, curiosamente, no hace mención al patinaje -“ *si no sabes patinar, nosotras te enseñamos*” advierten en la entrada de Facebook- ni a la competencia, ni a los logros, sino a la oportunidad de formar parte de un equipo. No es la habilidad

de patinar lo que se acentúa en esas convocatorias “*yo les digo a las freshmeat, que yo no sabía patinar cuando empecé*”, sino el ser parte integrante de un proyecto comunitario. El juego del Valencia *Roller Derby* es un juego de equipo, las individualidades deben quedar en el vestuario. A las nuevas incorporaciones se les trasmite desde el principio que ese no es lugar para lucir las habilidades personales con los patines, sino que esas habilidades deben ponerse al servicio del equipo. Por supuesto que muchas de las jugadoras saben patinar muy bien, pero también lo es que dados los antecedentes a los que nos hemos referido, es fácil pensar que una parte importante de las incorporaciones no se dan en respuesta a esa habilidad, sino esperando encontrar respuesta a otro tipo de necesidades: “*este deporte nos da un espacio propio*”.

Jugar al margen de la federación también conlleva que la autogestión incumba la parte económica del sostenimiento del equipo. Más allá de una ayuda pública destinada a la reducción del importe de uso de las pistas en las que entrenan y a la provisión de parte del equipamiento, el resto de gasto económico recae en el propio equipo, que se subvenciona a través de las cuotas y a través de la venta de *merchandising* en los partidos o de los eventos que organizan que sirven para difundir el deporte, pero también para recaudar fondos. No hay que imaginar mucho para saber que la comisión de tesorería dedica muchos esfuerzos en hacer posible la gestión económica que



exige el *Roller Derby*: las salidas a otras partes del país, la organización de los partidos, el alquiler de las pistas... La pista de *Roller Derby* tiene unas líneas específicas que forman un óvalo, hoy por hoy, ningún espacio en el que entrenan las *Rayo Dockers* les ha permitido pintarlas en el parqué, con lo que cada día que entrenan deben rotular la pista con cinta aislante que eliminan cuando dejen de rodar en el entrenamiento; esto no es solamente pesado y costoso, sino que les hace recordar que son un deporte de segundo orden y que tienen las canchas prestadas, a pesar de que, obviamente, pagan la cuota correspondiente de alquiler.

El *Roller Derby* es un deporte desconocido porque se hace muy poca difusión, nos dicen las jugadoras, a pesar de su espectacularidad y de la calidad del juego y del espectáculo que supone el equipo de árbitros/as que se concentran en un partido. Y es que el componente físico que tienen los partidos de *Roller Derby* se conjuga con el elemento de teatralización del espectáculo. La música, los gritos en las gradas de las espectadoras y espectadores, el maquillaje de las jugadoras y los tatuajes que cubren sus cuerpos, las vestimentas no solo de los equipamientos, sino también de las personas que ejercen de jueces... todo ello puede trasladarnos a los *Raws* de *Pressing Catch*, pero esta vez sobre patines. Sin embargo, más allá de la dosis de espectacularidad necesaria que hace atrayente este tipo de espectáculo, cuyo origen en EEUU se hace patente, lo cierto es que el ambiente en las gradas es festivo y no agresivo, hay 11 personas que anotan las jugadas y hacen de jueces, hay paneles luminosos mostrando el resultado y unas personas que hacen de *speakers* animando el partido... todo ello acompañado de cantos y consignas de las jugadoras no convocadas que se sientan en las gradas para animar a su equipo.

“ **El Roller Derby es un deporte desconocido porque se hace muy poca difusión, nos dicen las jugadoras, a pesar de su espectacularidad y de la calidad del juego y del espectáculo que supone el equipo de árbitros/as que se concentran en un partido. Y es que el componente físico que tienen los partidos de Roller Derby se conjuga con el elemento de teatralización del espectáculo.** ”



“ **Se puede competir desde posturas que no ensalcen la individualidad ni la competitividad autónoma, sino que pongan el acento en el mérito grupal que necesita de la posición activa de todas las integrantes del equipo.** ”

Para finalizar con este estudio de caso podemos decir que la revisión de las dinámicas que se producen en el *Roller Derby* nos invita a repensar la imagen que tenemos de los deportes femeninos de competición. El equipo *Valencia Roller Derby* no se junta las tardes de entrenamiento para pasar el rato, mientras se deslizan en círculo con sus patines, entrenan para competir, solo que su competición implica premisas que merecen ser atendidas en nuestros análisis del papel de las mujeres en el deporte. Se puede competir desde posturas que no ensalcen la individualidad ni la competitividad autónoma, sino que pongan el acento en el mérito grupal que necesita de la posición activa de todas las integrantes del equipo. Pero el lema de que cada miembro de un equipo es necesario no parece tan transgresor cuando se espera que las jugadoras respondan a un mismo canon o tengan habilidades similares. En el *Roller Derby* hay espacios para cuerpos y juegos muy diversos, porque no se espera que el mismo entrenamiento de ejercicios moldee el mismo modelo de cuerpo. Esta propuesta inclusiva merece ser rescatada cuando nos enfrentamos a una normativización de los cuerpos tan evidente que expulsa del deporte las fisonomías no delgadas, no musculadas, no atléticas.

BUENAS PRÁCTICAS: VALENCIA *ROLLER DERBY*

1. El deporte puede convertirse en una vía efectiva para la difusión de un mensaje feminista

2. Los deportes que son inclusivos con fisonomías corporales diversas contribuyen a ampliar la imagen social del cuerpo atlético y ayudan a **contrarrestar los cánones corporales vigentes.**

3. El *Roller Derby* constituye un lugar seguro para personas con expresiones identitarias LGTBI+, lo que les permite vivir el deporte sin miedo a ser objeto de discriminaciones.

4. La flexibilización en la participación de las jugadoras en los entrenamientos y partidos ayuda a que la práctica del deporte sea más compatible con la vida personal y familiar.

5. La autogestión de un club y la implicación directa de las jugadoras en su gestión, puede contribuir a la creación de relaciones más democráticas dentro del equipo, así como a fortalecer la identidad del equipo como tal.



Vídeo caso 2

Carrera 10K FEM Valencia

www.carrera10kfem.com

Día de la Mujer... ¡Deportista!

Serrano

Serrano

COME BIEN
Y CORRE BIEN

Serrano



El Corte Inglés

El Corte Inglés

DIPUTACIÓ DE VALÈNCIA

Nosotras Deportistas .com

Nosotras Deportistas .com

DIPUTACIÓ DE VALÈNCIA

Juventut i Esports





5.3. Caso 3

Club de *Running* Nosotras Deportistas



Video caso 3

“ Corriendo por la igualdad desde la diferencia ”

El fundador del olimpismo moderno, Pierre de Coubertin, consideraba que una olimpiada femenina sería impracticable, antiestética e incorrecta y, además, la práctica deportiva no resultaría beneficiosa para la salud y “el encanto” de las mujeres. Esta afirmación, realizada en 1912, condensa en buena medida el espíritu de esa etapa tan crucial para el deporte moderno. Se consideraba entonces que las mujeres podían deslucir el espectáculo deportivo y, en consecuencia, su lugar debía estar preferentemente a un lado de las pistas y las canchas deportivas, acompañando a sus esposos, tanto si estos eran deportistas como si eran espectadores.

Se podría pensar que estas formas de representar el rol de las mujeres en el deporte quedarían rápidamente obsoletas durante el siglo XX, pero gracias al cuantioso número de trabajos realizados sobre la evolución de la presencia femenina en el deporte, conocemos que esto no sucedió así. Hubo de avanzar mucho el siglo XX para poder asistir a una relativa normalización de las pruebas femeninas en, por ejemplo, las distintas especialidades dentro del atletismo, entre las cuales se encuentra lo que posteriormente se ha popularizado bajo la etiqueta de *running*.

Esta dificultad en el avance de la participación femenina en el atletismo hoy en día nos resulta cuando menos chocante. Contrastan estas reticencias en el seno del olimpismo con la relativa normalización en el paisaje urbano



y periurbano de cada vez más mujeres corriendo. El *running* se ha convertido, sin lugar a dudas, en uno de los deportes con mayor difusión entre personas que no se dedican al deporte de manera federada. Esta amplia presencia del *running* constituye uno de los motivos por los cuales se ha incluido este deporte entre los casos seleccionados en este informe para estudiar con mayor profundidad.

Hasta los años sesenta del siglo XX, la carrera a pie, el antecedente del *running*, se circunscribía a un reducido número de practicantes, abrumadoramente masculinizado. El panorama en relación al *running* empieza a cambiar a partir de los años sesenta del siglo pasado, cuando los gobiernos empezaron a centrar su atención en el deporte como parte de sus políticas de salud. El *running* se presentó entonces como un recurso relativamente accesible, debido, fundamentalmente, a que se trata de un deporte que puede prescindir hasta cierto punto de instalaciones específicas y tiene unos escasos requisitos físicos y técnicos a la hora de iniciarse en su práctica, lo cual le confiere un atractivo especial a la hora de su promoción en el marco de las políticas de salud a las cuales acabamos de aludir.

Este interés por parte de los gobiernos se materializaría a partir de los años sesenta, por ejemplo, en campañas como las denominadas “Deporte para Todos”, lema que sirve para rotular eventos realizados en distintos países y ciudades. Si acudimos a las fuentes periodísticas de la época, resulta palpable este inusitado interés por el deporte para todos y, lo que aún resulta más elocuente, es la relación entre dicho interés y las emergentes representaciones sobre los vínculos entre el deporte y la salud. Empezaban a aparecer estudios científicos que no solo relacionaban ambas cuestiones, sino que incluso hacían intentos de estimación cuantitativa de la misma, normalmente expresando los beneficios de la práctica deportiva en años de vida ganados por aquellas personas que realizaban deporte de manera frecuente. Estos estudios, y su correlato en los programas nacionales de promoción del deporte para todas las personas, introducen un aspecto que posteriormente va a ser central: la relación del deporte con el cuerpo. A través de la noción de sobrepeso se daría un importante impulso a la expansión de un nuevo ideal de salud, el cual establece una correlación directa (casi podríamos decir que perfecta) entre el cuerpo y la salud.



Además de la promoción de una determinada concepción de salud y su relación con el cuerpo, en estos años ha habido dos procesos que también han tenido una importante influencia en la expansión del *running*. El ensanchamiento de las llamadas clases medias es el primero de estos procesos. A pesar de la heterogeneidad de lo que llamamos de forma común “clase media”, lo cierto es que ha habido una difusión de estilos de vida que, a través de la publicidad y de los medios de comunicación, se han difundido de forma ideal entre amplias capas de la población. En segundo lugar, junto con los cambios en los estilos de vida aparejados a esta idea de clases medias, nos encontramos también en sociedades en las cuales el ocio ha pasado a ser mayor en términos cuantitativos (debido en parte a la reducción progresiva de la jornada laboral) y, lo que es más destacable, ha devenido en un elemento constitutivo de las identidades sociales: cada vez más, las actividades que realizamos en nuestros momentos de ocio tienen un peso elevado en aquello con lo que queremos que se nos identifique (esto, por otro lado, se vuelve más importante en la medida en que el empleo se flexibiliza y pasamos a ocupar puestos de trabajo que ya no van a durar toda nuestra vida laboral).

Estos son, a grandes rasgos, algunos de los factores y procesos que están detrás del auge que vivió el *running* en el último tercio del siglo XX y su consiguiente “boom” en estos dos decenios que llevamos del siglo XXI. A partir de 1970, junto con las políticas del “deporte para todos”, vimos también aparecer carreras y eventos organizados en las principales ciudades del mundo. En este mismo contexto surge, por ejemplo, el Maratón de València, en 1981, que en su edición de 2019 registró un total de 25000 dorsales.

El nacimiento de estos maratones y de otros eventos concernientes al *running* está, a su vez, relacionado con el tránsito en la reputación simbólica de esta práctica deportiva. Entre los años sesenta y ochenta del siglo XX, el *running* se convierte en una actividad que, de un modo más o menos directo, identifica a quienes la practican con posiciones modernas, incluso algo disruptivas. Como explican algunos autores especializados en este deporte, en estos años en que emergen expresiones contraculturales, el *running* (con las distintas etiquetas con las que ha sido conocido) pasó a primer plano como una nueva forma de expresar la autodeterminación. Se podía correr en espacios públicos, en carreteras y en parques, y llevar ropa que rompiera con los códigos habituales. Correr permitía a las personas hacer ejercicio en público, sudando y exponiendo su cuerpo, algo que antes se limitaba a



Carrera

10K

FEM

PRIMERA CARRERA DE LA MUJER DE ESPAÑA

Día de la Mujer

ORGANIZADO POR VALENCIA

nosotras Dep. de la Mujer.com

29

1746

30

588

r...¡Deportista!

www.carrera10kfem.com

#TUMEJORVERSIÓN

Serrano

Club de Ingresos



“ En España, la proporción de mujeres entre quienes practican *running* es alrededor del 43% (aunque este dato puede variar algo según la fuente que consultemos), aunque en los maratones siguen representando aproximadamente el 12%. ”



áreas confinadas como gimnasios. En resumen, correr significaba algo nuevo e insumiso, en una época en que las expresiones de rebeldía pasaron a ser algo que creaba tendencia.

Este periodo del *running* como una práctica que entroncaba con las posiciones más inconformistas e innovadoras estuvo dominado, principalmente, por personas jóvenes ubicadas en posiciones socioeconómicas hasta cierto punto elevadas: nuevas clases medias-altas urbanas, con profesiones cualificadas y con un consumo cultural superior a la media. Hasta ya entrados los años noventa, cuando este deporte incrementa su popularidad, no veremos diversificarse la composición social de quienes lo practican. Se dio, además, una progresiva incorporación de personas pertenecientes a grupos de edad mayores (actualmente la media de edad en la práctica de este deporte se sitúa alrededor de los 28 años). Por último, también se apreció un lento pero sólido aumento de la presencia de mujeres entre las personas que salen a correr de forma habitual: en España, la proporción de mujeres entre quienes practican *running* es alrededor del 43% (aunque este dato puede variar algo según la fuente que consultemos), aunque en los maratones siguen representando aproximadamente el 12%.

Desde entonces, la participación en las carreras, y en los eventos asociados se ha acelerado, especialmente en los últimos quince años, en lo que ha sido denominado en la literatura como la segunda ola de carreras. Hemos asistido en estos años a la transformación en megaeventos de algunas de las pruebas celebradas en distintas ciudades, como los maratones, medios maratones, etc. Además de este incremento en las magnitudes de los eventos singulares, también hemos podido observar la multiplicación de pruebas, carreras, competiciones, etc., que tienen lugar en los países occidentales, los cuales registran (especialmente en el caso de países como España o Alemania) varios miles de eventos anualmente. De hecho, en los últimos dos o tres años han empezado a emerger voces que alertan de los efectos de la proliferación de estas pruebas, que llegan a resultar un verdadero reto para la conciliación de los usos del espacio público en algunas ciudades. Así, por ejemplo, solo el calendario provisional de pruebas previstas para 2020 en la ciudad de València suma cincuenta y una carreras. Por su parte, en Madrid, se ha pasado en ocho años de cincuenta pruebas anuales a más de ciento cincuenta, lo que ha llevado a la Federación de Asociaciones de Vecinos a proponer la creación de una nueva normativa que regule esta actividad. Se trata de una cuestión a la que probablemente habrá que prestar atención en el futuro inmediato.



Pero este ejemplo de la ciudad de Madrid nos sirve también para introducir otra de las dimensiones del *running* contemporáneo. Las cifras de participación (se estima que en el conjunto de la Unión Europea practican este deporte alrededor de 50 millones de personas) y la proliferación de eventos han configurado el *running* como una actividad susceptible de ser monetizada y utilizada también por empresas y otras entidades para la promoción de sus marcas. En la justificación de la propuesta mencionada de la Federación de Asociación de Vecinos de Madrid se alerta de la mercantilización de los eventos: carreras que nacieron como actividades que, entre otros fines,





perseguían dinamizar los barrios, han sido tomadas por empresas y parecen estar mutando en eventos en los que las finalidades económicas (bajo la forma de patrocinios y publicidad, además de las inscripciones) priman y condicionan los aspectos de tipo deportivo o comunitario.

En cuanto a la cantidad de participantes, su aumento parece haber dado un nuevo giro en los últimos diez años. Si atendemos a las cifras de participación en los eventos, ya hemos citado, por ejemplo, los treinta mil dorsales previstos en el maratón de València en 2020, cifras que son similares en otros maratones organizados en ciudades como Nueva York, Londres o San Petersburgo. También es destacable, en este sentido, el crecimiento que han experimentado carreras populares, como las carreras que se organizan por San Silvestre, que en su última edición acogieron en total a más de cien mil corredores y corredoras en toda la Comunitat Valenciana, o el aumento de participantes en los circuitos de carreras populares organizados por las diputaciones de nuestra comunidad y por los grandes ayuntamientos (solo el circuito de la ciudad de València tuvo una cifra de cuarenta y siete mil participantes en su última edición, con una media de cinco mil dorsales por carrera).

Este crecimiento de la participación comporta un considerable repunte del impacto económico y comercial del *running*. A lo ya dicho sobre los eventos, cabría añadir la pujanza de todo un mercado de equipamientos y accesorios para la práctica del *running*. Por solo citar un ejemplo para ilustrar la magnitud del impacto del *running*, el número de pares de zapatillas especializadas para la práctica del *running* se ha incrementado anualmente a un ritmo medio de casi ochocientos mil pares.

Al impacto económico, habría que sumar, por consiguiente, la relevancia que toma el *running* en las estrategias comerciales de las empresas vinculadas con el sector deportivo. A los patrocinios ya apuntados anteriormente, habría que añadir todo un despliegue de estrategias comerciales que pueden ir desde las formas

“ Por solo citar un ejemplo para ilustrar la magnitud del impacto del *running*, el número de pares de zapatillas especializadas para la práctica del *running* se ha incrementado anualmente a un ritmo medio de casi ochocientos mil pares. ”



más clásicas (anuncios en prensa, radio, televisión, etc.), a las nuevas estrategias transmedia. En este sentido, es necesario señalar, por su interés para los fines del presente trabajo, dos cuestiones. En primer lugar, hay que tener en cuenta que los productos asociados al *running* no se limitan a prendas y equipamientos deportivos, sino que incluyen todo un abanico de productos y servicios que, en conjunto, ofrecen la posibilidad a los corredores y corredoras de incorporar y sumarse a un estilo de vida: productos alimenticios, turismo deportivo, gimnasios especializados, etc., se articulan simbólicamente hasta formar un conjunto de experiencias que “deben” estar presentes en el estilo de vida de los corredores y corredoras. En segundo lugar, en esta renovada orientación comercial de “vender” experiencias y estilos de vida vinculados con el *running*, toma fuerza la estrategia de utilizar a deportistas que destacan por sus logros en el *running*. Por ejemplo, dentro de las carreras de montaña, las llamadas *trails*, que atraen cada vez a gran parte de practicantes del *running* que ya llevan algún tiempo corriendo, personajes mediáticos como la pareja Killian Jornet y Emilie Forsberg son patrocinados por marcas como Salomon. Más allá de exhibir los productos de estas marcas, estos nuevos referentes de los corredores y corredoras juegan el papel de arquetipos en los estilos de vida que se pretenden asociar al *running*, mostrando en sus cuentas de Instagram y Facebook aspectos de su cotidianidad como la alimentación, las pautas que siguen antes de cada competición, etc. Estos arquetipos se convierten en vidas a emular, en guías de orientación para aquellas personas que se inician en el *running*.

El club de *running* Nosotras Deportistas: redefiniendo el *running* femenino

A continuación, después de este rápido repaso a algunos aspectos de la historia reciente del *running*, presentamos los resultados del tercer estudio de caso del presente informe, el cual se ha basado en el club femenino de *running* Nosotras Deportistas. La experiencia de este club ha sido incluida entre los casos estudiados por varios motivos: el *running* es uno de los deportes más practicados por deportistas amateurs, se trata de uno de los deportes que cuenta con uno de los mayores porcentajes de mujeres practicantes y, finalmente, las características del club Nosotras Deportistas lo hacen especialmente interesante para poder identificar buenas prácticas en relación a la incorporación de las mujeres a la práctica deportiva.



En primer lugar, se realiza una breve descripción del club. Más adelante, una vez presentado el club, se aportan los resultados del trabajo de campo. Mediante estos resultados se discutirán algunos de los procesos y factores que, a tenor de lo estudiado a través del caso, emergen de manera clave en la configuración contemporánea del *running* y en la relación de este con la práctica deportiva de las mujeres.

Nosotras Deportistas nace en el año 2011. Inicialmente surge como una iniciativa para difundir las noticias vinculadas con las mujeres y el deporte. Las personas que impulsan esta web se conocían, precisamente, debido a su vinculación con el mundo del deporte. Son mujeres con una larga trayectoria en la práctica deportiva, las cuales tenían un amplio conocimiento de los logros y de la presencia de las mujeres en el deporte. Este conocimiento de la realidad femenina en el deporte les llevó a la conclusión de que, en aquel momento, los medios de comunicación apenas ofrecían cobertura de lo que estaban haciendo las mujeres en los diferentes deportes en los que ya empezaban a contar con una cierta presencia, incluso como deportistas profesionales. El escaso desarrollo de las redes sociales



en aquel momento también jugó, según sus propias palabras, un papel en la decisión de poner en marcha un medio a través del cual ofrecer noticias sobre el deporte femenino.

A pesar de contar con una visión bastante amplia sobre la posición que ocupaba la mujer en el deporte (en el momento de la formación del club, por ejemplo, el porcentaje de corredoras era aproximadamente un 20% inferior al actual), el contacto cotidiano con la información llevó a las impulsoras de Nosotras Deportistas a plantearse poner en marcha algún tipo de proyecto para incrementar la participación deportiva de las mujeres. Así fue como ese mismo año se propusieron establecer entrenamientos para preparar una prueba de triatlón. Según explican ellas mismas, partían desde cero y, por tanto, les pareció buena idea empezar por el *running*, una de las tres modalidades que conforman las pruebas de triatlón. En esta primera experiencia en la organización de entrenamientos, participaron un total de 30 mujeres.

A partir de este primer proyecto, la actividad de Nosotras Deportistas se reorientó hasta convertirse, en la actualidad, en un club de *running*. Más adelante retomaremos esta decisión para comentar por qué, entre los deportes que forman el triatlón, se decidieron por el *running*. Ahora nos interesa especialmente destacar la composición del club, el cual está formado íntegramente por mujeres: tanto la directiva, como la parte técnica y, sobre todo, las corredoras. Este rasgo deriva de una de las premisas que comparten las mujeres que inician el club. En sus propias palabras:

“Es una manera de que las mujeres tengan referentes y es una manera también de que nosotras, nuestra experiencia como deportistas, se traslade también al campo técnico, al campo directivo, al que sea. Es algo

“ Es una manera de que las mujeres tengan referentes y es una manera también de que nosotras, nuestra experiencia como deportistas, se traslade también al campo técnico, al campo directivo, al que sea. Es algo que no está pasando en el deporte federado, en el deporte popular incluso. Faltan muchísimas mujeres: como árbitras, como técnicas, como directivas, como presidentas... ”





que no está pasando en los... en el deporte federado, en el deporte popular incluso. Faltan muchísimas mujeres: como árbitras, como técnicas, como directivas, como presidentas...”

En 2012, Nosotras Deportistas desarrolla sesiones de entrenamientos guiados para mujeres y, en 2013, alcanzan uno de los hitos que posteriormente va a influir en las actividades que organizan. En ese año, se convierten en la primera entidad que organizó entrenamientos gratuitos para mujeres. En aquel momento, los entrenamientos se enfocaron para la 10K, que se celebra en el contexto del Maratón de València. Contaron para ello con el patrocinio de una fundación privada. Según explican ellas mismas, este programa de entrenamientos fue un éxito de participación, debido en buena medida a una intensa campaña en redes sociales, a través de la cual lograron un buen posicionamiento para su web, lo cual aumentó la visibilidad de su propuesta de entrenamiento. El número de inscritas en los entrenamientos fue de ciento diez mujeres, de las cuales ochenta y nueve llegaron a la meta de la 10K cuatro meses después.

A partir de esta primera experiencia entrenando grupos de mujeres con una meta definida, una 10K, en los años posteriores siguen dando prioridad a esta actividad, conformando grupos de entrenamiento con distintos niveles. Según nos explicaron desde la coordinación del club, en estos años fueron haciendo diferentes encajes, probando grupos, ajustando los niveles de exigencia a cada grupo. Así, han dado paso, hace cuatro años, a un proyecto más articulado de escuela de *running* para mujeres.

La escuela se estructura por niveles, en función del tiempo que llevan practicando *running* y de la distancia media que suelen correr o a la cual aspiran a llegar, siendo este último aspecto la principal variable en el momento de asignar las corredoras a uno u otro grupo de entrenamiento. En concreto, cuentan con tres niveles: iniciación (de 0 a 5 km), medio (de 5km a 10km) y avanzado (que es más de 10 km: 15 km e incluso algún grupo de media maratón). Al margen de los distintos niveles, en Nosotras Deportistas intentan que parte de los entrenamientos se realicen de forma conjunta: así, todos los grupos se congregan cuando se trabaja técnica o fuerza y también en las sesiones de calentamiento, estiramiento, etc. Todos esos bloques suelen ser conjuntos. En relación al momento de correr durante los entrenamientos, nos explican que lo que intentan es que siempre las chicas



vayan acompañadas, preferentemente con otras chicas que tengan un nivel similar, de forma que se eviten las situaciones de desánimo y se dé una progresión conjunta, la cual se ve reforzada por el hecho de realizarla en compañía de otras personas.

En esta línea, una de las cuestiones que remarcan desde Nosotras Deportistas es que siempre han dado importancia en la escuela de *running* a contar con grupos en los cuales entrenen mujeres que parten de cero: a menudo se encuentran con mujeres que no solo se están iniciando en el *running*, sino que la participación en la escuela suele ser su primera experiencia en la práctica de un deporte de manera reglada.

Esta última cuestión es importante para entender la orientación de los entrenamientos que realiza el club y, en general, de la filosofía que hay detrás del proyecto. Desde el club insisten en que la escuela de *running* tiene

como fin principal enseñar a practicar un deporte, entendiendo por tal una actividad física que cuenta con unas reglas y que persigue unas metas, a las que se llega a través de unas pautas de entrenamiento concretas. El deporte se puede considerar como tal en la medida en que implica reglas y, sobre todo, metas. Consideran que el deporte comporta,

“ El deporte se puede considerar como tal en la medida en que implica reglas y, sobre todo, metas. Consideran que el deporte comporta, entre otros, aspectos como el esfuerzo, la constancia, el compañerismo, la superación de los propios límites y, como acabamos de apuntar, la consecución de unas metas. ”

entre otros, aspectos como el esfuerzo, la constancia, el compañerismo, la superación de los propios límites y, como acabamos de apuntar, la consecución de unas metas.

Este énfasis en poner el acento en el deporte y no únicamente en la actividad física se justifica por parte de las personas que forman el club apelando a varias cuestiones. Por un lado, el deporte está ligado a la competición. Nosotras Deportistas considera que la lógica de la competición es saludable porque implica aspectos como la aceptación de las derrotas, la minimización de los fracasos y, sobre todo, enfoca a las deportistas a trabajar por un resultado.



Más allá del caso de Nosotras Deportistas, esta orientación a las metas nos aproxima a una cuestión que está presente en la literatura científica especializada en el *running* y, en general, sobre el deporte. Se trata de la dimensión ascética del deporte, en el sentido de que se ejercitan un conjunto de prácticas atravesadas por un ideal de autodisciplina y vinculadas con la consecución de un objetivo. Tal como sucede en el ascetismo religioso, del cual la literatura especializada toma la idea, a través de estas prácticas los individuos tratan de “renovarse”, de convertirse en una “nueva” persona. Este ascetismo se puede rastrear principalmente a través de los entrenamientos que realizan quienes practican *running* de una forma más o menos constante. A través de estos entrenamientos, se interiorizan y se incorporan cuestiones como el esfuerzo, incluso un cierto sufrimiento, como formas de llegar a alcanzar las metas. Aunque se trate de un lema cuestionado por muchas personas dentro del deporte, es significativa la difusión de la expresión *No pain, no gain* (sin dolor no hay resultados), la cual podemos encontrar impresa en multitud de prendas deportivas y en otros objetos. Esta frase, con la que parecen identificarse no pocas personas practicantes de distintos deportes, denota la idea de autodisciplina que habría tras este ascetismo deportivo.

“Es que cambia todo, te das cuenta de que, si me cuido, si me alimento mejor, mi rendimiento va a ser mejor. Si a la noche, por ejemplo, en vez de acostarme a las dos, me acuesto a las diez, pues también me levantaré más descansada. Entonces, esos condicionantes, pues empiezas a plantearte que tu vida va alrededor de todo, que tiene que cambiar.”

Esta especie de ascesis sería evaluada por las propias personas a través de las marcas, los tiempos realizados en cada carrera, los cuales se convierten en una suerte de señales, constituyendo una orientación hacia la automecida por parte de los corredores y corredoras. Esta automecida será satisfactoria en tanto que se siga una minuciosa preparación, la cual, más allá de los aspectos deportivos, puede llegar a ocupar el espacio de una verdadera guía de comportamiento. Esto es especialmente notorio en las sociedades contemporáneas, en las cuales la popularización de una determinada idea de lo que se espera de los sujetos ha llevado a la naturalización de una especie de compulsión hacia la actividad, una activación que evoca los dictados del capital humano en el mundo de la empresa: los sujetos han de cuidar de esos “capitales” que llevan incorporados, tratar de evitar su devaluación

e intentar revalorizarlos a cualquier precio, aunque sea a través de la renuncia ascética. No obstante, como apuntábamos más arriba, esta cuestión hay que encuadrarla en un contexto más amplio, más allá del caso que estamos presentando.

“ **Una de las experiencias que parece aportar la práctica regular del running es la sensación de progresión y de mejora. Mujeres que empiezan desde cero en pocas semanas pasan de aguantar apenas unos pocos minutos, a ver incrementar su resistencia temporal en carrera.** ”

Algo que sí es posible identificar entre algunas de las personas que participan de la experiencia de Nosotras Deportistas es la incorporación de ciertos hábitos en el día a día. Una de las experiencias que parece aportar la práctica regular del *running* es la sensación de progresión y de mejora. Mujeres que empiezan desde cero en pocas semanas pasan de aguantar apenas unos pocos minutos, a ver incrementar su resistencia temporal en carrera, lo que se traduce a su vez en la posibilidad de correr cada vez mayores distancias. Esta progresión parece tener un efecto virtuoso, puesto que mejora la adherencia a los entrenamientos (las mujeres intentan no perder sesiones de entrenamiento), lo que a su vez redundará en un mejor rendimiento.

“Es importante, porque es como cuando estás estudiando: tú decides si quieres quedarte en el seis o quieres llegar al diez. El diez implica el esfuerzo, el ir marcándote tus objetivos. Que a lo mejor tu objetivo no es para este año, sino para dentro de dos, pero tú lo tienes ahí y quieres esforzarte para poder llegar al diez.”

En este proceso de adherencia a la práctica del *running*, las corredoras van adquiriendo nuevos hábitos y se produce un proceso de redefinición de aspectos cotidianos. A medida que aumenta el rendimiento y se mejora la autopercepción en relación a las propias capacidades, cuestiones como la alimentación y el autocuidado pasan a considerarse de manera instrumental en su relación con el *running*. Es decir, si hasta un momento determinado la alimentación es un fin en sí misma, cuando se inserta en un proceso de adherencia al *running*, pasa a ser evaluada en relación con la práctica deportiva y sus resultados: de un fin pasa a ser un medio, un medio para obtener un mejor rendimiento deportivo. Así nos lo explicaban ellas mismas:

“ Respecto a las mujeres que forman parte del club y asisten a la escuela de *running*, nos encontramos con un grupo en el que predominan las edades intermedias, alrededor de cuarenta años. No obstante, el rango de edad va de los veinticinco a los sesenta años. ”



“En el tema de la alimentación, sí que es verdad que, cuando empiezas a hacer deporte, empiezas a ver muchas cosas más que como un fin, es como un medio. Entonces la alimentación deja de ser algo digamos... un fin, digamos, para... la alimentación forma parte, igual que el entrenamiento, de lo que te puede ayudar a mejorar. Entonces, pues ahí hay una serie de cosas que luego tienes que ir introduciendo: el tema de los hidratos cuando haces carreras un poquito más largas, el meter una carga de hidratos los días previos a la carrera... Y empiezas a interesarte por otras cosas. Eso viene conforme tienes un poco más de nivel.”

Respecto a las mujeres que forman parte del club y asisten a la escuela de *running*, nos encontramos con un grupo en el que predominan las edades intermedias, alrededor de cuarenta años. No obstante, el rango de edad va de los veinticinco a los sesenta años. En relación a la situación laboral, la mayoría están empleadas, aunque también hay algunas mujeres desempleadas. Si atendemos a la ocupación, la diversidad es mayor: en el club participan mujeres que son directivas, con elevado nivel de cualificación, y hay también otras que tienen empleos poco cualificados.

Las motivaciones para practicar *running*

Las motivaciones a la hora de apuntarse a la escuela de *running* habría que distinguirlas al menos en función de dos criterios: por un lado, las que tienen que ver con la decisión de practicar un deporte y, por otro lado, aquellas que les llevan a escoger practicarlo a través de un club formado íntegramente por mujeres. En relación al primer tipo de motivaciones, la salud se configura como el referente en el cual se enmarca el proceso de decisión. Al hablar de salud, en el contexto del *running*, habría que ponerla en relación con el concepto más amplio del bienestar o, según la expresión inglesa que se ha popularizado, *wellness*. Recordemos que esta expresión, *wellness*, englobaría dimensiones como el bienestar físico y el emocional. Para conseguir “bienestar” en las distintas dimensiones, desde esta perspectiva se ha difundido una idea que se ha convertido en casi una noción de sentido común, una especie de consenso difícilmente cuestionable, según la cual el bienestar físico sería central para





conseguir un equilibrio en el resto de dimensiones. En este sentido, la actividad físico-deportiva ha visto revalorizar su valoración social, en la medida en que este tipo de actividad podría tener efectos positivos cuyo impacto tendría el potencial de alcanzar a influir en diversas facetas de la vida.

Por otra parte, más allá de las mujeres que forman parte de Nosotras Deportistas, en el ámbito más extenso, los requerimientos concernientes al cuerpo acostumbra a presentarse de manera recurrente entre la gama de motivos que aducen las mujeres que empiezan a practicar deporte y, en particular, *running*. Además de la difusión de estudios y, en general, de conocimiento científico sobre la relación entre ejercicio físico y mejora del estado general de salud, la proliferación de las campañas publicitarias y de deportistas que gozan de prestigio social, han ayudado a crear una vinculación casi directa entre aspecto corporal y práctica de deporte. Esta relación es, si cabe, más acuciante entre las mujeres, quienes se podría pensar que sienten mayor presión social para mantener el cuerpo en el contorno de los cánones que se difunden a través de los medios de comunicación. Así, una de las cuestiones que suele pesar en la decisión de empezar a practicar deporte tiene que ver con esta cuestión.

Además de esta idea del bienestar, las corredoras de este club coinciden en que el tiempo que destinan a practicar el *running* es un tiempo que se dedican en exclusiva a ellas mismas. Esta cuestión es importante especialmente entre aquellas mujeres que son madres. Acumulan durante la semana un trabajo constante destinado al cuidado de otras personas (hijos, padres y madres mayores, etc.) y el *running* es algo que hacen por motivos que tienen que ver exclusivamente con ellas mismas. Así, el tiempo del entrenamiento y de las carreras se constituye como un tiempo que viven como liberador y como una manera de autoafirmación.

El segundo tipo de motivaciones guardaría relación, como hemos dicho, con el hecho de decidir participar en un club formado en su totalidad por mujeres. Esta cuestión es relevante, puesto que en las entrevistas a las corredoras de Nosotras Deportistas aparece como un factor importante en sus relatos.

“El hecho de que este club suponga una continuidad en mis valores, para mí ha sido importante a la hora de escoger este club. Cuando yo leo la página web y veo lo que dicen, me identifico totalmente (...) y lo que me encontré fue un ambiente... yo siempre lo he dicho: el club lo que te aporta es la sororidad. El



entrenar con mujeres no tiene nada que ver al entrenar en club mixto, porque de alguna manera en el ambiente hay una sensibilidad para entendernos, para entendernos en cuestiones muy básicas. Por ejemplo: la carga familiar que tenemos durante la semana, aquí lo puedes hablar y sabes que hay compañeras que te entienden, que te comprenden. Hay una empatía importante.”

Aquí, a su vez, es posible identificar distintos aspectos. En primer lugar, aspectos que serían de tipo deportivo: las mujeres, especialmente aquellas que no cuentan con experiencia en la práctica de un deporte de manera reglada, tienden a pensar que en un club dirigido y entrenado por mujeres van a encontrar más personas en su misma situación respecto al rendimiento en el *running* y, además, van a contar con entrenamientos más enfocados a dicha situación. En segundo lugar, los aspectos que podríamos llamar de sociabilidad también tienen un peso relativamente alto en la decisión de inscribirse en un club femenino: el hecho de que la totalidad del club lo

“ El entrenar entre mujeres no tiene nada que ver al entrenar en un club mixto, porque de alguna manera hay en el ambiente una sensibilidad para entendernos, para poder entender cosas muy básicas, como, por ejemplo, la carga familiar que tenemos durante la semana: el poder hablarlo, sabiendo que hay compañeras que te entienden, que saben de lo que hablas, hay una comprensión, una empatía muy importante. ”

formen mujeres envía señales de que las experiencias vitales se van a asemejar más entre ellas de lo que lo harían en el caso de estar en un club con hombres. Lo vemos en las palabras de una de las corredoras, una mujer, madre de tres hijos, que lleva dos años entrenando y participando en la escuela de *running*:

“El entrenar entre mujeres no tiene nada que ver al entrenar en un club mixto, porque de alguna manera hay en el ambiente una sensibilidad para entendernos, para poder entender cosas muy básicas, como, por ejemplo, la carga familiar que tenemos durante la semana: el poder hablarlo, sabiendo que hay compañeras que te entienden, que saben de lo que hablas, hay una comprensión, una empatía muy importante. Incluso hay momentos en que no es necesario ni siquiera hablar, porque vienes aquí, te desahogas, te ríes... es que el ambiente invita a simplemente correr y estar sonriendo.”



Esta última parte de la cita ilustra otro de los aspectos que destaca a la hora de entender el caso del club Nosotras Deportistas y sus resultados en relación a la adherencia de las mujeres que se unen al mismo en la práctica del *running*. Nos referimos a la sociabilidad que experimentan las corredoras en este club. Entre los rasgos que nuestras informantes coinciden en destacar, se encuentran las relaciones personales que se establecen entre ellas durante los entrenamientos y después de los mismos, tanto en las carreras como en actividades extradeportivas (reuniones, almuerzos, etc.). Estos elementos, aunque son coincidentes con lo que sucede en otros clubs de este o de otros deportes, en el caso de un club no mixto tiene algún elemento diferencial que es necesario atender. En este caso, como veíamos en la anterior cita, los elementos que atraviesan las relaciones que se traban van más allá de lo deportivo, se da un reconocimiento implícito entre personas que, al margen de su condición socioeconómica, cuentan con experiencias con rasgos similares por el hecho de ser mujeres. Aunque nuestras informantes no lo enuncian de este modo, podríamos pensar que se crea un espacio de seguridad entre las mujeres corredoras: no solo una seguridad física, sino una seguridad comunicativa, la cual facilita procesos de reconocimiento mutuo, los cuales están a su vez en la base de la creación de una fuerte identidad de grupo.

Esta especificidad de un club de *running* de mujeres se manifiesta también en algunas de las actividades que despliegan. Además de la web, durante el curso realizan charlas y talleres para sensibilizar sobre la situación de la mujer en el deporte y, en particular, en el *running*. Aunque quizás la actividad más relevante sea la organización de la carrera 10KFem. Esta carrera cuenta con cinco ediciones (en 2020, se celebrará la sexta edición) y fue la primera carrera no mixta en España de estas características. Tal como explican desde Nosotras Deportistas, el objetivo de esta carrera es fomentar el deporte femenino y, a la vez, ofrecer una experiencia plenamente deportiva a las mujeres que participan en ella. Esto último tiene que ver con el hecho de que las únicas carreras donde hay una participación de mujeres similar o superior a la de los hombres son carreras benéficas, no son eventos cuyo objetivo es deportivo, sino que se trata de carreras (como las que organiza la Asociación Española Contra el Cáncer) cuyo principal fin es extradeportivo. Según la interpretación de esta situación que hacen en Nosotras Deportistas, esta identificación de carreras benéficas con mujeres contribuye poco a la promoción del deporte femenino. Desde nuestro punto de vista, además, esta identificación puede actuar incluso en el sentido contrario, reforzando en



el imaginario una atribución hacia las mujeres que las sitúa en el espacio de los cuidados (en este caso de forma solidaria), espacio que aunque utiliza alguna manifestación de tipo deportivo, se aleja del deporte en sí.

La elección de la distancia de la 10KFem guarda relación con la experiencia en la escuela de *running* de Nosotras Deportistas. Según nos explican, diez kilómetros es una distancia asequible, alcanzable por una mujer que, aun no habiendo corrido nunca, siga un plan de entrenamiento periódico. Con unas dos sesiones semanales, en aproximadamente cuatro meses es factible completar una carrera 10K. Esta meta, una vez alcanzada, supone un importante refuerzo para aquellas mujeres que se han iniciado de forma relativamente reciente en el *running*. De este modo, uno de los planes de entrenamiento de su escuela está orientado a esta distancia.

Además, entre las motivaciones de la puesta en marcha de la 10KFem se encuentra también, según las organizadoras, una voluntad de dar visibilidad a la mujer en un contexto deportivo. Esto último lo explican con el ejemplo de las carreras populares mixtas: en este tipo de carreras, la línea de salida suele estar ocupada de manera abrumadora por hombres, lo mismo que en la llegada a meta, en la cual, a pesar de haber distintas categorías, cuando llegan las primeras mujeres a lo sumo se sujeta de nuevo una cinta, pero no suele haber la misma recepción que cuando entra el primero de los hombres. Otro aspecto de estas carreras es que en las fotos (las cuales suelen servir de reclamo en las webs de los periódicos en los días posteriores a la carrera), se suele apreciar cómo los hombres ocupan los espacios centrales de las calzadas por las que discurre la carrera, mientras que las mujeres suelen estar en una posición mucho menos central. Así, desde Nosotras Deportistas se plantea 10KFem como un evento deportivo en el cual las mujeres sean las principales protagonistas y su visibilidad, en un contexto de competición deportiva, sea máxima.

Esto nos lleva al último aspecto que querríamos destacar en relación al caso de Nosotras Deportistas. Al preguntarles por su punto de vista en relación a las posibles medidas que se podrían tomar para mejorar la presencia femenina en el deporte, su posición se inclina hacia un tratamiento específico para las mujeres. Tal como ellas mismas afirman, el deporte es el espacio por excelencia de la separación y la diferencia: en aras de una competición lo más equilibrada y justa posible, en prácticamente todos los deportes, se separa a las personas que los



practican en función de su edad, su nivel, su sexo o de otras variables que puedan ayudar a conformar grupos más o menos homogéneos. Desde su punto de vista, además de ocupar las mujeres espacios en los puestos directivos y técnicos, los deportes femeninos deberían contar con sus propios estándares, con criterios y orientaciones específicas que garanticen una experiencia deportiva adecuada a las mujeres. Cerramos este caso con una cita de una de nuestras informantes que condensa esta posición:

“Las mujeres hemos ido al deporte, que no es un espacio que nosotras hayamos creado: hemos ido al espacio de otros, creado por otros. Y tenemos que descubrir cuál es nuestro espacio y ahí hay diferentes motivaciones, sensibilidades, hay diferentes cosas y las tenemos que descubrir. Porque lo que está pasando ahora mismo es que, las que están en el deporte, están porque están yendo a un espacio creado por otros y, bueno, pues bien, pero es que nos estamos dejando un montón detrás. No hay ninguna razón para que las mujeres no estén en el deporte, con lo beneficioso que es. Nosotras tenemos que encontrar nuestro propio espacio en el deporte.”

Para concluir la descripción del caso de Nosotras Deportistas, se recogen a continuación algunas de las valiosas aportaciones que podemos obtener de esta experiencia. En primer lugar, en relación al éxito de este club en atraer la atención de mujeres hacia la práctica del *running*, destaca el hecho de que se trate de un espacio íntegramente formado por mujeres. Esta característica implica una serie de rasgos que tienen un efecto positivo en la atracción del interés de las mujeres por vincularse a un club de *running*. Por un lado, que todas las corredoras sean mujeres parece reducir los temores a “no llegar”; a formar parte de un club en el cual no se va a poder estar a la altura del resto de miembros. Por otro lado, la comunicación entre las corredoras rebasa los límites de lo deportivo: hay un proceso de reconocimiento por ocupar posiciones similares en otros espacios (principalmente en las responsabilidades familiares), lo que facilita la confianza y acaba por crear una complicidad que incluye aspectos extradeportivos.

El club también tiene buenos resultados en la continuidad de las mujeres en la práctica del *running* y en la asistencia a los entrenamientos. La estrategia seguida por el club en relación a la preparación de los 10K juega un papel importante en este sentido. Esta marca actúa como un referente motivacional: supone un gran aliciente para las mujeres que



parten de cero el trabajar por llegar en un periodo de tiempo breve para tener una resistencia en carrera que les permita recorrer esta distancia. Al margen de la marca en concreto, trabajar con objetivos asequibles ayuda a mejorar la autopercepción de las mujeres como corredoras y, al reducir la frustración, incrementa la motivación.

Los entrenamientos parciales conjuntos también suponen una práctica a tener. Esta forma de entrenar posibilita la interacción entre mujeres que acaban de empezar con otras que acumulan tiempo como corredoras y que ya cuentan con haber alcanzado metas destacadas. Se trata de un encuentro que puede tener un efecto *push-up*, animando a las nuevas corredoras, quienes en poco tiempo se encuentran entrenando con corredoras más experimentadas.

En un plano más general, entre las motivaciones destaca la sensación que tienen las mujeres de que el *running* es algo que hacen por ellas y para ellas. Esta vinculación entre deporte y autonomía (o, si se quiere, autocuidado) podría ser importante a la hora de pensar en estrategias de atracción de mujeres hacia la práctica deportiva.

Por último, las propuestas que hacen desde el propio club pueden aportar alguna pista interesante para explorar en el futuro. Desde el club plantean la necesidad de pensar el deporte de manera que se puedan adaptar los estándares y algunas otras cuestiones, especialmente lo referente a la importancia de que las mujeres estén presentes en todos los puestos implicados en un club (directivas, entrenadoras...). Es lo que hemos llamado buscar la igualdad desde la diferencia.

BUENAS PRÁCTICAS DEL CASO “NOSOTRAS DEPORTISTAS”

1. Es un club formado íntegramente por mujeres. Esta característica atrae hacia la práctica del running a mujeres que podrían sentirse menos cómodas en clubes masculinos: las mujeres se sienten más confiadas cuando en el club encuentran a otras mujeres que experimentan similares situaciones cotidianas.

2. Proponen metas asequibles a las mujeres que se inician en el running. En los primeros meses trabajan con la meta de alcanzar los 10K. Esta marca resulta asequible en un plazo no muy largo y tiene un efecto motivador para aquellas mujeres que nunca antes habían corrido y entrenado de forma sistemática.

3. Realizan entrenamientos conjuntos entre deportistas con distintos niveles. Identifican aspectos de las sesiones de entrenamiento que son susceptibles de ser realizadas por mujeres con distintos niveles de práctica del *running*: estiramientos, tecnificación, etc. Esta práctica mejora la autopercepción de las corredoras menos experimentadas, a la vez que fomenta relaciones entre ellas y aquellas con más tiempo de práctica deportiva.

4. Dan importancia a la visibilidad de su práctica deportiva. En el club cuentan con una persona especialista en el sector audiovisual que documenta gráficamente los entrenamientos y la participación en las carreras. El material audiovisual lo suben a sus cuentas en las redes sociales, de manera que dan visibilidad a la actividad deportiva de las mujeres del club.

5. Organizan un evento deportivo femenino. La 10K que organiza Nosotras Deportistas se plantea como un evento deportivo, no como un acto de tipo benéfico. Con esta acción permiten que las mujeres vivan una experiencia plenamente deportiva y, a su vez, colaboran en dar proyección al deporte femenino.



Vídeo caso 3



BEGO
13

RACHA
22

FERNANDA
23

34

WWW.VALENCIACH.ES

WWW.VALENCIACH.ES

WWW.VALENCIACH.ES

WWW.VALENCIACH.ES

Am

5.4. Caso 4

Equipo de Mamis del Valencia Club de *Hockey*



Video caso 4

“¿Quién ha dicho que el deporte es solo cosa de jóvenes?”

Introducción: la temprana presencia de las mujeres en la historia del hockey sobre hierba

En 1923, la revista *Gran Vida* (nº 235), prestigiosa publicación dedicada a temas de deporte y sociedad en la España de la época, editaba uno de los primeros reportajes ilustrados sobre el hockey femenino en nuestro país. Con el elocuente y sorprendente título de “El hockey y el feminismo”, el reportaje destacaba las virtudes de este deporte, su fama de juego limpio, su idoneidad para el desarrollo deportivo del “bello sexo” y, debido a ello, su crecimiento en España, con equipos femeninos ya presentes entrenando y jugando partidos semanalmente en Barcelona, Madrid, Bilbao y San Sebastián. Al artículo de *Gran Vida*, le acompañaron, a lo largo de la década de 1920 y 1930, otros muchos, publicados en las revistas de la época -Mundo Gráfico, As, Alrededor del Mundo, El Sol-. Estos artículos fueron dando cuenta del rápido crecimiento del hockey femenino y acompañando su institucionalización: la creación de la Federación Española de Hockey en 1922; el inicio de los campeonatos de España femeninos en 1934; los primeros partidos internacionales -tanto de la selección nacional en 1935, conocida entonces como las “leonas rojas”, como de los clubes femeninos



que la precedieron-. Es sorprendente buscar documentos históricos del hockey femenino en la hemeroteca digital de la Biblioteca Nacional de España y comprobar la variedad de crónicas dedicadas al hockey de las mujeres, la riqueza de fotografías de equipos femeninos, compartiendo página con los equipos masculinos en los inicios del hockey en la primera mitad de la década de 1930.

La Guerra Civil ralentizó, pero no frenó, este fulgurante despegue del hockey de las mujeres. Su arraigo en la burguesía acomodada, atraída por la distinción social que suponía la moda de practicar el estilo deportivo siguiendo el modelo liberal inglés -ligado al juego limpio, a la cortesía, a la higiene natural del cuerpo y al deseo de competir y triunfar-, permitió que el hockey se convirtiese en un deporte distinguido, moderno y de progreso, incluso cosmopolita y original. A pesar del clima opresivo de la posguerra hacia el deporte de las mujeres, las jóvenes de las clases acomodadas no dejaron de practicarlo en los clubs sociales ya que se consideraba equilibrado para ellas. Por tanto, lo adoptaron intentando hacer compatible la censura ideológica de la época hacia el deporte, por un lado, con un papel activo y no completamente sumiso de la mujer en la vida pública por otro. Esta adscripción social burguesa del hockey y su imagen de deporte apropiado para las mujeres permitió una cierta continuidad en su crecimiento, otros deportes colectivos no siguieron la misma suerte tras la guerra.

A pesar de lo anterior, las circunstancias ideológicas limitaron y condicionaron las posibilidades del hockey. Aunque originariamente masculino, en sus momentos iniciales, algunos comentaristas deportivos y educadores consideraron que podía ser un deporte ideal para la práctica mixta. De hecho, en los años treinta, los equipos femeninos jugaron numerosos partidos de hockey contra los masculinos. Algunos cronistas llegaron a considerar que era el deporte ideal para la "psicología femenina". Con estos antecedentes, el hockey entre las mujeres ganó permisividad, aunque los férreos principios ideológicos de la Sección Femenina y la institucionalización federativa aplacaron sus posibles evoluciones más progresistas, innovadoras y tolerantes. En compensación, el desarrollo del hockey femenino trajo éxitos internacionales muy tempranos que culminan con la medalla de oro en las Olimpiadas de Barcelona de 1992 y que le han mantenido en la elite mundial de forma constante hasta hoy.

De hecho, las Olimpiadas de Barcelona coincidieron con un proceso de democratización de la práctica deportiva en España que hizo aumentar la población que se acercaba al deporte y permitió el acceso a algunas disciplinas deportivas que hasta ese momento habían sido privativas de la burguesía, que las ejercía en los clubs sociales. En el contexto de esta modernización del deporte en España, el hockey amplió su base social y se difundió a todos los estratos sociales. Una difusión que, sin embargo, no ha convertido al hockey en un deporte de masas.

En 2018, la Federación de Hockey de la Comunitat Valenciana cuenta con un total de 1281 licencias -el 39% de las cuales son femeninas-. La proporción de las mujeres ha crecido mucho en la última década. En 2009, había 121 licencias femeninas, en 2018, son 503 (a las que hay que añadir las 290 niñas matriculadas en 2018-19 en las escuelas deportivas de hockey organizadas por la Fundación Deportiva Municipal del Ayuntamiento de Valencia). A tenor de los datos, puede decirse que el hockey femenino en la Comunitat Valenciana ha crecido considerablemente, se ha cuadruplicado, y tiene una composición por sexo en la que el porcentaje de mujeres no ha parado de crecer: en 2011, solo el 25% de las licencias eran de mujeres. En 2018, este porcentaje ha crecido hasta el 39%. Por tanto, se está logrando una distribución por sexo relativamente equilibrada y con una proyección futura de rápido crecimiento femenino que la equilibrará aún más. Es, por tanto, un deporte atractivo para el fomento de la igualdad de género.

“ En 2018, la Federación de Hockey de la Comunitat Valenciana cuenta con un total de 1281 licencias -el 39% de las cuales son femeninas-. La proporción de las mujeres ha crecido mucho en la última década. En 2009, había 121 licencias femeninas, en 2018, son 503. ”

Las Mamis y el Hockey

El equipo de Mamis del Valencia Club Hockey forma parte de este aumento de las mujeres en el hockey confirmado por los datos anteriores. Sin embargo, nos quedaríamos muy cortos si simplemente nos limitásemos a constatar este crecimiento estadístico del hockey femenino. Más allá de esos datos deportivamente exitosos, tras el hockey



de las Mamis encontramos un acontecimiento sociológicamente rico, humanamente admirable y repleto de ideas para la igualdad de las mujeres.

En el marco del presente informe sobre deporte e igualdad de género, el caso de las Mamis del Valencia CH sirve para analizar el papel que la práctica deportiva puede jugar para las mujeres de edades intermedias y maduras. Como hemos visto a lo largo del informe, estos grupos de edad ven reducidas sus posibilidades de dedicación al deporte debido a su vida laboral y familiar. El trabajo asalariado y el trabajo doméstico y de cuidados ocupan la mayor parte de su tiempo y dejan muy poco espacio al deporte. Los datos estadísticos confirman una brecha deportiva con los varones y un alejamiento de estas mujeres del deporte ocasionado por esta renuncia forzada.

Frente a estas restricciones, las Mamis del Hockey representan un caso ejemplar en contra de dicha renuncia, una demostración tangible de que el abandono deportivo de las madres atareadas no es un destino obligado o inevitable. El reglamento de la Federación Española de Hockey define a la Mamis como deportistas de 35 o más años y que no hayan jugado oficialmente al hockey hasta haber cumplido los 30 años. Esta definición oficial sigue encontrando excepciones en algunos torneos y en federaciones regionales. En el análisis del caso de la Mamis del Valencia CH, emergen muchos factores positivos, que acaban sumando para lograr resultados muy destacados en diferentes ámbitos: la mejora de las relaciones sociales y de amistad; el cuidado del cuerpo; la organización conjunta de la vida

“ El caso de las Mamis del Valencia CH sirve para analizar el papel que la práctica deportiva puede jugar para las mujeres de edades intermedias y maduras. ”

“ Del caso de la Mamis del Valencia CH, emergen muchos factores positivos, que acaban sumando para lograr resultados muy destacados en diferentes ámbitos: la mejora de las relaciones sociales y de amistad; el cuidado del cuerpo; la organización conjunta de la vida familiar, personal y deportiva, la decisión de realizar un ocio saludable, las relaciones intergeneracionales con sus hijos e hijas, que también frecuentan el hockey. ”



familiar, personal y deportiva, la decisión de realizar un ocio saludable, las relaciones intergeneracionales con sus hijos e hijas, que también frecuentan el hockey. Estos son algunos de los aspectos que trataremos con detalle en páginas sucesivas. Cuando seleccionamos el caso de las Mamis del Valencia CH para desarrollarlo en este informe, sabíamos que todos estos aspectos estaban presentes y que tenían un gran potencial de cara a la igualdad y a las mejoras que el deporte puede aportar a las mujeres, pero la recogida de información y el análisis de la experiencia sobre el terreno han superado todas nuestras expectativas en cuanto a su interés.

Antes de entrar de lleno en el análisis, describiremos los orígenes del fenómeno de las Mamis del Hockey, el surgimiento concreto de las Mamis del Valencia y algunos datos de contexto que pueden ayudar a mejorar la comprensión de este caso.

De mamis en la vida real a Mamis del Hockey

Es difícil precisar cuál es el origen de un fenómeno deportivo que surge de manera relativamente informal e imprevista como es el de las Mamis del Hockey. No hay investigaciones sistemáticas que permitan fijarlo y tan solo las crónicas periodísticas o algunos blogs de aficionadas han aportado información al respecto. Hay coincidencia en ubicar este origen en Argentina debido a la enorme difusión del hockey femenino en ese país, cuya práctica traspasa ya varias generaciones: abuelas, madres e hijas. Este arraigo generacional del hockey y su amplia difusión contribuyó a que las madres que llevaban a sus hijas e hijos a los entrenamientos a los clubs de hockey se aventuraran a formar ellas un equipo para jugar, para ocupar el tiempo de espera hasta la finalización de los entrenamientos infantiles en vez de esperar en las gradas. Las primeras experiencias se llevaron a cabo en la provincia de Mendoza en 1987, donde se creó el primer equipo de Mamis que se propagó rápidamente. En la actualidad, en Argentina, el fenómeno Mamis Hockey ha alcanzado una dimensión notable, hasta el punto de haberse especializado en diferentes categorías -Mamis mayores, Mamis intermedias y Mamis junior- y de establecerse varias agrupaciones territoriales dada la extensión territorial del país. El número de equipos participantes en los diferentes campeonatos ronda los 240.



Como vemos, la transición de mamis en la vida cotidiana a Mamis del hockey se produjo, por tanto, de una forma casual, atrevida, como un reto para hacer algo más que acompañar a los niños y niñas a los entrenamientos. En estos inicios inciertos, algunas voces dicen que fueron las hijas las que provocaron a las madres; otras señalan que fueron las madres más atrevidas (algunas de ellas con experiencia en hockey) las que acabaron arrastrando al resto de amigas, y después a las madres de todos los otros equipos con los que competían sus hijos/as; también se menciona el papel de los/as entrenadores/as al animarlas. Cualquiera que fuera el impulso inicial (quizá una combinación de estas causas), encendió una mecha que fue recorriendo fases: consolidación de los equipos de mamis en los clubs, mejora paulatina del juego, presencia de entrenadores/as bien capacitados, creación de grupo, mejora del juego, participación en competiciones, institucionalización, organización de torneos y otras actividades.





El origen de las Mamis del Valencia Club de Hockey reproduce un recorrido similar. A finales de 2012, algunos entrenadores animaron a un grupo de madres a jugar un partidillo con sus hijos (los niños y niñas a los que acompañaban a los entrenamientos) y esto desencadenó los acontecimientos posteriores. Esas 8-10 madres del grupo inicial se sintieron atraídas por el deporte que practicaban sus hijos/as (tras años de ver y vivir el hockey, pero sin haber tocado nunca un *stick*). En aquellos momentos, tomaron la iniciativa, lo plantearon al club y, en pocos meses, el equipo de las Mamis del

Hockey se puso en marcha. Este momento originario sitúa a las mujeres en el papel protagonista de un cambio en el cual participaron después otros muchos actores que han intervenido en la evolución del equipo hasta la actualidad: las federaciones, los directivos/as y técnicos/as del club, los/as entrenadores/as y hasta los maridos, hijos e hijas de las Mamis, que han vivido en el primer plano familiar esta transformación deportiva de las madres. Quizá es difícil plantear una historia pormenorizada de lo ocurrido desde los momentos iniciales de 2013 hasta la actualidad, pero sí es necesario detenernos en el relato de algunas etapas clave, que permiten reconstruir el mapa de todos los actores que han influido en la evolución del equipo de Mamis. Este relato ayuda, también, a captar la transformación de las Mamis tanto en el ámbito personal y de amistad de las jugadoras como en cuanto a grupo deportivo.

El primer año, 2013, tiene los rasgos embrionarios de cualquier experiencia novedosa. El grupo de mujeres, en su mayoría en torno a los 40 años, no había practicado deportes de equipo, ni actividad físico deportiva intensa o de competición. Su aparición como equipo en el Valencia CH resultaba, como señala su actual entrenador “anecdótica, ocurría ahí en un rincón del club”. La imagen del rincón no es una metáfora, realmente en los dos primeros años, entrenaron la mayor parte del tiempo en un rincón del Polideportivo de Virgen del Carmen Beteró, casi oculto,

“ El primer año, 2013, tiene los rasgos embrionarios de cualquier experiencia novedosa. El grupo de mujeres, en su mayoría mayores de 40 años, no había practicado deportes de equipo, ni actividad físico deportiva intensa o de competición. Su aparición como equipo en el Valencia CH resultaba, como señala su actual entrenador “anecdótica, ocurría ahí en un rincón del club”. ”



utilizado para amontonar material deportivo sobrante y en muy malas condiciones para practicar el hockey. Un rincón, sin embargo, por el que se tuvo que luchar ante la Federación Valenciana de Hockey para que lo adecentara mínimamente y se pudiera utilizar. En el primer año, la subsistencia del equipo recayó sobre las espaldas de las jugadoras: los apoyos técnicos del club fueron muy tímidos -los entrenadores más experimentados temían que la iniciativa fuera algo efímero-, por lo que una de las jugadoras ejercía de entrenadora. Algo similar sucedía con los recursos, pues cualquier salida a torneos o gasto extraordinario lo asumían las jugadoras. Aguantar este año inicial es el primer éxito de la Mamis.

Tras estos primeros tiempos embrionarios y complicados, se produjo un cambio determinante con la llegada del nuevo entrenador -Juanjo López Benlloch- y con la posterior construcción de nuevos campos de hockey en Tarongers, que descomprimieron la apretada demanda de pistas. Juanjo es un miembro veterano del Valencia Hockey Club desde la década de 1960, con años de experiencia como jugador en los equipos de diferentes categorías, con un conocimiento de primera mano del hockey en Valencia y España y con especial motivación en su nueva etapa en la que compatibiliza su participación como jugador en equipos de veteranos con la de entrenador. Esta combinación de conocimiento del lado deportivo del hockey y de su lado social ayudó a abrir puertas a las Mamis incluso antes de ser su entrenador.

Cuando se encargó finalmente de la dirección técnica del equipo en 2014, las Mamis avanzaron a pasos agigantados. Se formó un grupo estable, que paulatinamente fue creciendo hasta las 21 jugadoras actuales; se consiguió, no sin esfuerzos, un espacio de entrenamiento más adecuado que el aislado “patatal” de Beteró. Las

“ Las Mamis avanzaron a pasos agigantados. Se formó un grupo estable, que paulatinamente fue creciendo hasta las 21 jugadoras actuales; se consiguió, no sin esfuerzos, un espacio de entrenamiento más adecuado. ”

nuevas pistas creadas en 2015 fueron un recurso clave para poder conseguir esta mejora, ya que las Mamis, en ese momento, no eran una prioridad para el club, más centrado conseguir espacios de entrenamiento para los equipos que compiten en las diferentes ligas federadas. Deportivamente, las Mamis comenzaron, también, a conseguir un palmarés inmejorable

ganando las cuatro temporadas de liga de hierba que se han celebrado hasta ahora y una de Hockey Sala. Han participado, con buenos resultados, en torneos en diferentes ciudades en España (Cádiz, Madrid, Bilbao, Santander, Barcelona, entre otros) y en otras ciudades europeas (Ámsterdam, Roma).

En paralelo a este momento de despegue y asentamiento, el fenómeno de las Mamis del Hockey se fue extendiendo en España y en Valencia. Todas las ciudades españolas mencionadas anteriormente, y algunas otras, comenzaron a tener equipos de Mamis y hoy funcionan más de 20. Desde 2014, en Valencia, se han formado tres equipos más de Mamis: el Carpesa, el Giner de los Ríos y el Xaloc, lo cual permitió que arrancase una liga ya a partir de 2015.

En la creación de las ligas oficiales y los campeonatos, el papel de la Federación de Hockey -tanto de la española como de la valenciana- es esencial y abre interesantes debates en torno a la concepción del deporte, a sus finalidades y estrategias y al reparto de recursos. Puede decirse que el surgimiento de las Mamis ha avivado todos estos debates y ha planteado incertidumbre y dilemas a las federaciones sobre cómo tratar la cuestión del llamado hockey social (y de las Mamis en particular). De forma abreviada, las Mamis son un fenómeno nuevo y repentino, incluso “pintoresco” (deportivamente hablando) para las federaciones. Sin embargo, las Mamis son las madres de un buen número de niños y niñas -su entrenador calcula que más de 30- que forman parte de los equipos que compiten en todas las categorías. Son las madres de la cantera del Hockey. Además de esto, aportan un crecimiento

“ En paralelo a este momento de despegue y asentamiento, el fenómeno de las Mamis del Hockey se fue extendiendo en España y en Valencia. Todas las ciudades españolas mencionadas anteriormente, y algunas otras, comenzaron a tener equipos de Mamis y hoy funcionan más de 20. ”

“ Las Mamis son un fenómeno nuevo y repentino, incluso “pintoresco” (deportivamente hablando) para las federaciones. Sin embargo, las Mamis son las madres de un buen número de niños y niñas -su entrenador calcula que más de 30- que forman parte de los equipos que compiten en todas las categorías. Son las madres de la cantera del Hockey. ”



y renovación en el lado “social” del hockey en los clubs -compuesto por los equipos de veteranos y los de Mamis y Papis (estos últimos surgieron tras la positiva experiencia de las Mamis, que animó a los Papis a crear su equipo).

Para clubes y federaciones, el hockey social es un recurso que no pueden descuidar por tres motivos: responde a una creciente demanda de deporte de los más mayores; vertebrada la vida del club y aporta un rendimiento económico significativo. La organización de torneos se ha convertido en una fuente de financiación para las organizaciones deportivas¹.

Para las federaciones, la dualidad hockey deportivo frente a hockey social reserva a este último un papel menor, aunque no irrelevante, pues este hockey constituye en sí mismo un valor, ya que dinamiza al club y sirve para consolidar esta imagen “familiar” que el hockey tanto cultiva. También juega el papel de servir de enganche a jugadores que han dejado el hockey competitivo por motivos de edad y que pueden seguir jugando en los equipos de veteranos y en nuevas selecciones que se van creando. Este hockey social, y en concreto los equipos de

¹ El papel de los torneos, impulsados en muchas ocasiones por las propias Mamis de diferentes ciudades, es fundamental para comprender la expansión de este Hockey de madres y padres. En estos torneos, se mezcla la pasión de los participantes por el hockey con el turismo, la sociabilidad, el ocio y la convivencia de decenas de clubs participantes de todas las partes de España y Europa. Los torneos merecerían un apartado especial por su función aglutinadora del hockey social. Inicialmente, con pocos medios, mucho trabajo voluntario y colaborativo y una organización entusiasta, el hockey de las Mamis y los Papis se ha ido extendiendo mediante una red de torneos en diferentes ciudades españolas impulsados por los clubs deportivos y en algunos casos por los equipos de Mamis y Papis. Estos torneos tienen un carácter lúdico deportivo y se celebran independientemente de las ligas oficiales. Son cada vez más numerosos y se presentan como una ocasión para el encuentro de equipos que van tejiendo amistad, colaborando y participando recíprocamente. Por lo general, se realizan anualmente con fechas determinadas o conocidas con tiempo suficiente como para que los diferentes equipos de Mamis en España puedan planificar alguna salida fuera de la ciudad de origen. La presencia de equipos internacionales es cada vez más frecuente y contribuye a que esta red de torneos se extienda fuera de nuestras fronteras. En estos últimos cuatro años, Las Mamis del Valencia han competido en los torneos de Barcelona, Bilbao, Cádiz, Santander, Ámsterdam y Roma. Si la sociabilidad es una de las bazas más sólidas que sustenta los equipos de las Mamis, poder viajar todas juntas y competir en estos torneos es su máxima expresión. Entre los de más tradición cabe señalar el Torneo Naranja Papi&Mami Hockey organizado por el Club de Hockey San Fernando (Cádiz); el Torneo de Mamis y Papis Madrid SUS50, organizado por el Club Sanse HC 1890, que tuvo su primera edición en 2015; el International Summer Festival organizado por el Sardiner Hockey Club (Santander); el Torneo de Mamis de hockey del Grupo Covadonga (Gijón); el European Mamis Hockey Festival, organizado por el club Egara (Terrassa), que celebrará su 8ª edición en 2020 y tiene prevista la participación de 30 equipos de diferentes nacionalidades, con más de 300 mamis en la competición a lo largo de 3 días de partidos, comidas, conciertos y otras muchas actividades.

Aunque el del Club Egara de Terrassa es el decano de los torneos de Mamis. El Valencia CH cuenta con el Torneo Internacional Paella Cup que celebró en 2019 su 5ª edición y que, programado en las estratégicas fechas de junio/julio, convoca a muchos clubs europeos atraídos por el clima valenciano y la cercanía de las vacaciones. En la 5ª edición, participaron equipos de Mamis y Papis de Francia, Gales, Holanda y Portugal, además de otros muchos equipos españoles. El número necesariamente limitado de equipos que pueden participar está obligando a la organización a recortar los años de asistencia consecutiva para dar cabida a más equipos. Aunque el famoso lema de “lo importante es participar” preside el torneo, ningún equipo quiere hacerse acreedor de la cuchara de madera que se entrega al peor clasificado.



Mamis, han supuesto un desafío para las Federaciones ya que están compuestos por las madres de niños y niñas que forman parte de los equipos de todas las categorías de los clubs. Además, son un grupo de mujeres con ganas de hacer deporte y crear equipo. Por tanto, la Federación de Hockey de la Comunitat Valenciana y la Federación Española se han visto en la necesidad de responder a estas dos bazas que atesoran: ser madres de la cantera del club y desear hacer deporte. Estos dos motivos han llevado a las federaciones a organizar el Campeonato de España de Mamis Hockey que se celebra desde 2017-2018 y también las diferentes ligas regionales que han ido formándose conforme se creaban equipos suficientes para posibilitar la competición.

Sin embargo, el mundo de las federaciones ha ido a la zaga del desarrollo del fenómeno Mamis, adaptándose para no perder el control de este sector social del hockey. En conversación con el presidente de la Federación Valenciana de Hockey se capta claramente la división entre un hockey social y un hockey deportivo. El primero corresponde a un ámbito recreativo y el segundo es el ámbito del deporte, de los resultados y de la competición en estado puro. De hecho, en la dualidad "hockey social" - "hockey deportivo," este segundo ostenta el adjetivo de "deportivo," para evidenciar que el otro hockey es únicamente un pasatiempo recreativo. Esta concepción sigue inamovible a la hora de determinar las prioridades de las federaciones. Lo fundamental es desarrollar equipos en todas las categorías de jóvenes. Este es el objetivo y marca la línea por la que debe circular la distribución de recursos y la jerarquía de los equipos.

La descripción del entrenador de las Mamis sobre esta posición de las federaciones es clara y certera:

"Las Federaciones no se chupan el dedo y los de las mamis son equipos con tirón porque tienen hijos y algunos de ellos están jugando ya en alto nivel y entonces la Federación este fenómeno no lo puedo obviar, pero le ha costado, aunque al final ha entrado (risas), pero aún hoy siguen siendo el último escalón, no sé exactamente cómo decirlo, pero si hubiera una graduación de importancia los primeros son los equipos senior chicos y chicas, que tienen la posibilidad de alcanzar la categoría nacional; luego cadete e infantil que son cantera, después vienen los equipos de papis y mamis y veteranos, y por detrás las escuelas deportivas, evidentemente."

(...) "la Federación Española lo vio ya hace 2 años que se dio cuenta del fenómeno emergente que había y que había que arreglarlo, o tener presencia o el fenómeno iba a crecer solo porque es gente potente,



mujeres jóvenes, papis jóvenes, bastante bien formados, decididos y, si no lo regulaban, se iban a regular ellos mismos. Enseguida sacaron una normativa para organizar el campeonato. Digamos que lo asumieron y eso fue el espaldarazo definitivo, aunque aún están en un proceso de asimilarlo y normalizarlo. En los clubs, ya lo tienen más claro.”

Aunque las federaciones siguen priorizando la vía deportiva, un movimiento desde abajo, está obligándolas a cuidar más el hockey social, creando nuevas competiciones y equipos para atender estas recientes demandas en las que las Mamis han sido uno de los revulsivos.

Las mamis del Hockey un fenómeno multifacético

Centrándonos más en el equipo de las Mamis visto desde dentro, las entrevistas realizadas a las jugadoras y a su técnico ofrecen una amplia variedad de dimensiones de estudio: 1/ la dimensión familiar e intergeneracional; 2/ la dimensión de sociabilidad y amistad; 3/ la dimensión de construcción de un tiempo propio dedicado a sí mismas; 4/ la dimensión de la salud y del cuidado físico; 5/ la dimensión deportiva. Cada una de estas dimensiones aporta factores exitosos de esta experiencia de las Mamis y descubre mejoras que el deporte brinda a estas mujeres en términos de igualdad de género. Nos detenemos a continuación en cada una de estas dimensiones.

En cuanto a la primera de ellas, la familia, es una dimensión muy presente a lo largo del proceso de documentación de este caso. Las alusiones al hockey como deporte familiar aparecen muy frecuentemente en los documentos y lecturas realizadas (Forsdike, Marjoribanks y Sawyer, 2019). Paco Aymerich (2016), jugador del equipo madrileño del Club de Campo en las décadas de 1980 y 1990 y autor de unas crónicas autobiográficas, que repasan la historia del hockey hierba en España², menciona insistentemente el carácter familiar del hockey y de las diferentes

² Una historia del hockey, dicho sea de paso, donde el hockey femenino ocupa un lugar menor. En las 520 páginas de anécdotas y efemérides del libro, Aymerich le dedica 6 páginas al hockey femenino, eso sí, de emocionado recuerdo para él. Incluso con un oro Olímpico para las mujeres en Barcelona 92, momento en que él practicaba activamente hockey, no parece que quedase mucho tiempo para interesarse por el que realizaban sus colegas femeninas laureadas.

sagas que han visto pasar generaciones de abuelos, padres e hijos desde los orígenes del hockey español. Estas referencias a la “familia del hockey” nacen claramente en los clubes sociales y deportivos, lugar de encuentro de las familias burguesas acomodadas, donde los apellidos de los jugadores/as se repiten con el transcurso de las décadas. En la actualidad, esa marca de la clase social ha quedado atrás al haberse alcanzado una mayor difusión del hockey como deporte interclasista, pero el espíritu familiar sigue vivo de alguna manera y la transmisión del gusto por el hockey a los hijos se valora como una particularidad que no se da en otros deportes.

Igualmente, la familia sigue muy presente en el mantenimiento económico de los clubs, que dependen de las cuotas familiares. Por ello, esta dimensión se mantiene viva y no se ha perdido del todo el espíritu comunitario de los clubs, que permanece aún en las celebraciones anuales o en los torneos festivos que estos organizan, donde se mezclan las distintas categorías en partidos informales. En una de estas celebraciones anuales del Valencia CH, las Mamis se echaron por primera vez al campo.

En el caso concreto del equipo de las Mamis, la familia es, además, importante por otros motivos, de carácter más sociológico, en los que vamos a detenernos. En concreto, señalaremos dos aspectos de interés. El primero es el de las relaciones intergeneracionales; el segundo es la organización cotidiana del tiempo familiar, laboral y deportivo.





Respecto a las relaciones intergeneracionales, ya hemos visto que la mayoría de las Mamis son madres de chicos y chicas que juegan en los equipos del club. Compartir el hockey abre entre madres e hijos/as unas relaciones intergeneracionales enriquecidas por esta dedicación común y aderezadas por las vivencias compartidas del hockey: ayudar moralmente después de una derrota o de un mal partido, acompañar una lesión, conocer las dificultades técnicas, relatar jugadas ejemplares, criticar al entrenador que no te ha convocado, compartir, incluso, equipamiento deportivo, dar consejos. Esta comunicación supone una baza fundamental de las Mamis con sus hijos/as. También con sus maridos o parejas, pues, en muchas ocasiones, son también del equipo de Papis. No es difícil adivinar el tema de conversación en casa un sábado o domingo de partido. Con el hockey de por medio, es más fácil que los niños y las niñas vivan la transmisión de la experiencia por parte de la madre o el padre. Con mucha probabilidad, se acompañarán mutuamente en la banda los días de partido. En la iniciación de muchos/as de estos niños y niñas, un familiar habituado al juego del hockey le asistirá desde las gradas. En los partidos de las Mamis, siempre circulan por las cercanías del campo algunos de los más pequeños, que pueden celebrar el gol de la madre como un acontecimiento familiar. O cuando son más mayores, pueden sonreír ante el torpor de los movimientos de las Mamis y afirmarse así haciendo algo mejor que sus padres y madres.

Hasta el propio entrenador de las Mamis percibe esta expectación de los niños en las bandas *“Los nanos y las nanas, los conozco a todos, están muy contentos Están orgullosos de que su madre esté ahí, de hecho, siempre se asoman y animan. Creo que lo viven muy bien. Se sienten orgullosos de sus madres y creo que es positivo para los nanos y lo tienen muy asumido.”*

La socióloga Shona Thompson (1999) es autora de una interesante investigación sobre el papel de las madres que acompañan a sus hijos a los entrenamientos y partidos. Este trabajo de cuidados crea el espacio para que otros participen en el deporte. Estas *Mother's Taxi*, como las denomina Thompson, contribuyen a las carreras deportivas individuales de sus hijos, prestando también un servicio importante al deporte como institución, que, sin embargo, raramente lo reconoce. Aunque nuestras Mamis del hockey hacen muchas veces de madres-taxi con sus hijos e hijas, la diferencia determinante es que también encuentran un espacio personal para su práctica deportiva.



Esta dedicación filial de las madres enlaza con un segundo aspecto relevante en cuanto a la dimensión familiar. Se trata de la organización del tiempo y de la conciliación de su vida laboral, familiar y deportiva. Prácticamente todas las Mamis trabajan y aunar la jornada laboral, la jornada doméstica y la jornada del hockey (con dos entrenamientos semanales y partidos los fines de semana) exige equilibrios que repercuten en las relaciones familiares:

" Para la mami jugadora supone dos entrenamientos a la semana lo cual al final, de puerta a puerta, acaba convirtiéndose en 3 horas: que sales de casa, te vas al entrenamiento, empiezas, acabas y vuelves a casa otra vez son cerca de 3 horas, por lo menos 2 horas y media, eso después de haber currado, casi todas tienen curro y después los fines semana, bastantes fines de semana, hay liga: tarde de sábado o de domingo completa y si hay desplazamiento es más tiempo aún".

En palabras del entrenador, esto no puede hacerse sin una colaboración de los maridos que, a veces se quejan en tono de broma, pero, en general, lo hacen "sin reproches". La familia se organiza contando con los tiempos del hockey. Es un tiempo propio para las mujeres que ya forma parte indefectible de la relación familiar.

Las jugadoras entrevistadas lo verbalizan de diferentes formas. Poder tener este momento para sí mismas aporta una actividad propia; sirve como desconexión de las tensiones de la jornada. Es un tiempo esencial e irrenunciable, que se disfruta independientemente del cansancio de la jornada. Es un tiempo que cuenta tanto como el resto de las otras actividades necesarias para la dinámica familiar.

"Yo estoy todo el día dándole vueltas a la cabeza y necesito cortar y el hockey es un deporte estupendo para eso porque es difícil, no puedes pensar en otra cosa, tienes que estar con tu palo, la bola, la pierna, que si me agacho, me levanto, porque además como lo

“ Poder tener este momento para sí mismas aporta una actividad propia; sirve como desconexión de las tensiones de la jornada. Es un tiempo esencial e irrenunciable, que se disfruta independientemente del cansancio de la jornada. Es un tiempo que cuenta tanto como el resto de las otras actividades necesarias para la dinámica familiar. ”



he aprendido de mayor es una combinación que tienes que desarrollar nueva. Tienes que estar totalmente a 100 en lo que estás haciendo eso es un corte con el día a día" [...] "Y luego a nivel físico, pues eso descargas en el entrenamiento, somos lo peor, no hacemos más que hablar, te liberas de energía de muchas maneras diferentes, el deporte en general es como una manera de evasión".

"Para mí lo más importante es la tranquilidad mental, Es mi cable a tierra, es mi terapia. Aparte de que te hace bien físicamente, desconectas [...] No es una salud de estar más flaca o más moldeada, es sobre todo salud mental más que otra cosa y eso me lo da el hockey"

"Es más barato que el psicólogo"

“ Este tiempo propio, de gestión de las tensiones vitales o del trabajo, es, además, un momento compartido con las compañeras del equipo. El tiempo personal va estrechamente asociado a la dimensión de amistad y sociabilidad que se tiene con las compañeras. ”

Este tiempo propio, de gestión de las tensiones vitales o del trabajo, es, además, un momento compartido con las compañeras del equipo. El tiempo personal va estrechamente asociado a la dimensión de amistad y sociabilidad que se tiene con las compañeras. Tras varios años compartiendo el hockey, se han ido tejiendo relaciones amistosas que, paulatinamente, se han hecho más estrechas y hoy van más allá. Algunas salen juntas al

margen de los encuentros en el hockey. La sociabilidad se recrea en numerosos espacios en torno al tiempo deportivo: el tercer tiempo es ya una institución; también quedar a charlar un rato antes del entrenamiento. Cualquier pequeño acontecimiento es una buena ocasión para celebrarlo tras entrenar, con una tarta, algo de beber o un pequeño picoteo; las cenas del grupo al completo son frecuentes; los viajes son un extra cuya preparación multiplica los contactos sobre billetes, desplazamiento, alojamiento, etc.; el wasap prolonga, con su formato virtual, las relaciones entre las jugadoras, con las ventajas e inconvenientes ya conocidos en cuanto a los malentendidos en un grupo numeroso.

"Ahora se lo pasan pipa. Estoy convencido de que lo pasan no solo en el campo, sino que, por ejemplo, ahora tenemos la cena del equipo, se han apuntado todas, todas y me imagino que para apuntarse no es



tan fácil. Decir tal fecha y de repente todo el mundo está de acuerdo. No es lo normal que digas una fecha y hay 20 y 25 implicados de acuerdo. Hay grupos, como en todos los lados, pero están muy relacionadas y están apareciendo relaciones fuera del deporte de amistad, de quedar para salir”

El grupo es diverso y no todas participan de todas las actividades. En algunos casos, esto es debido a agendas familiares más cargadas (las de aquellas que tienen niños más pequeños). En otros casos, hay diferencias de estilos de vida y caracteres. En las entrevistas que hemos realizado, se reconoce la diversidad del grupo, pero, por lo general, se considera un valor positivo, que permite juntarse con gente diferente a ti, con la cual quizá no te juntarías si no existiese esta mediación del hockey. Una jugadora entrevistada traspone estas ventajas del grupo a la actividad de su hija cuando la pequeña empezó a jugar al hockey:

“para mí es importante el deporte de equipo porque permite poder estar con gente que no te cae bien. Haciendo una cosa en conjunto. Y eso te enseña a ser más plástica con la gente, por eso la niña en 3º o 4º de primaria fue aprendiendo un deporte en equipo con un grupo diverso donde te juntas con quien normalmente no te juntarías”

Otra dimensión que sobresale en la práctica del hockey de las Mamis es la relación con el cuerpo y sus cuidados. Sobre esta cuestión parece haber un acuerdo en que no es la preocupación por el modelado del cuerpo lo que lleva a las mamis a apuntarse al equipo. Si se tratase de esto podrían encontrar otras formas de ejercicio físico más específico. Sin embargo, el cuerpo ocupa un lugar estratégico. Ciertamente, se sabe que los entrenamientos te van a mantener en forma, más fuerte, van a procurar una mejora física. De hecho, fortalecer la musculatura abdominal puede venir bien para compensar el paso del tiempo y el desgaste de la maternidad.

Más allá de estas ventajas generales de la actividad física, la mejora en el nivel de juego ha ido incorporando en las jugadoras una relación de mayor cuidado del cuerpo. El avance de la competitividad y el perfeccionamiento de la técnica que se va imponiendo en el equipo introduce en la Mamis la necesidad de cuidarse más, de incorporar algún complemento de actividad física en paralelo al hockey -ir al gimnasio, bicicleta estática o correr- para ganar fuerza, resistencia y tener más rendimiento en el campo.



“En la práctica, ellas están haciendo cosas: no fuman para estar más en forma. Ahora hay 10 o 12 que van regularmente al gimnasio, al principio había 2 o 3, hacen todas esas actividades que les dan fondo como correr, bici estática, porque se están dando cuenta de que lo necesitan, lo hacen para aumentar el rendimiento deportivo. Lo que pasa es que la consecuencia es una actividad más sana como las comidas, por ejemplo, ahora van sabiendo que no se puede comer cualquier cosa antes de los partidos. El tema de hidratarse..., o sea que son cosas sanas y vida saludable, pero que no lo hacen porque... lo hacen porque aumenta el rendimiento deportivo, por una conciencia de que se van introduciendo niveles más altos no solo técnicos, sino físicos. También la gente se está poniendo más fuerte y notan que si no hacen algo no van a poder rendir lo que toca. Se buscan tiempo debajo de las piedras, fíjate que tienen curro todo el día.”

La contrapartida de esta mejora en el rendimiento y en el juego son las lesiones, que aumentan y son cada vez más serias. Este hecho está relacionado con la evolución de las jugadoras en cuanto al aumento de sus habilidades técnicas y al crecimiento de su grado de competitividad, que se intensifica por la práctica del hockey. Los giros son más bruscos, a más velocidad, “antes corrían menos, ahora van con todo y eso puede producir lesiones”, comenta el entrenador. Uno de los síntomas de que empiezan a sistematizar y hacer más competitiva su forma de jugar son las lesiones. El hockey es un deporte con cierta peligrosidad, el *stick* y la bola -“dura como una piedra”-, pueden hacer daño. Una bola golpeada puede pasar de 100 km hora y más si la lanza un joven y “no es una bola de tenis”. El portero va acorazado, pero los jugadores no y esto eleva los riesgos. De hecho, asumir estos riesgos es parte de la socialización de las jugadoras. Al principio, el miedo está presente, pero cuando comienzan a meterse en el deporte, empiezan a asumir los riesgos: bolazos, moratones, brechas, puntos, lesiones más graves, incluso con intervención quirúrgica. Este momento de cambio en la asunción de riesgos suele suceder tras un año de experiencia, que

“ El avance de la competitividad y el perfeccionamiento de la técnica que se va imponiendo en el equipo introduce en la Mamis la necesidad de cuidarse más, de incorporar algún complemento de actividad física en paralelo al hockey -ir al gimnasio, bicicleta estática o correr- para ganar fuerza, resistencia y tener más rendimiento en el campo. ”



el entrenador llama *“la punta del miedo”*, entonces se asume que, incluso con sus riesgos, el hockey te gusta y *“cuando te dan y te hacen daño te sabe mal, pero la que ha dado y la que ha recibido saben que es así”*. A todos estos ritos iniciáticos en forma de posibles lesiones ligadas a la bola y el *stick*, el hockey suma todas las otras lesiones que afectan a todos los deportes de contacto en forma de golpes, torceduras, lesiones musculares. Los avisos de la preparadora física integrada en el equipo pueden compensar este aspecto negativo de las lesiones guiando y recalcando la importancia del calentamiento y los estiramientos, que algunas veces se saltan por pereza o falta de tiempo, pero cada vez ocurre menos.

La evolución del hockey de las Mamis

Este último aspecto de las lesiones anuncia un proceso importante en la experiencia de las Mamis como grupo deportivo. Se trata de un paulatino cambio de ciclo en el equipo, que transita de un grupo inicialmente más centrado en el divertimento y la recreación, hacia un equipo en el que comienza a normalizarse e imponerse un estilo más competitivo. Desde el cuerpo técnico, este proceso se interpreta como un crecimiento, una normalización del grupo hacia metas deportivas. Los puestos en el campo se van definiendo y esto da madurez al equipo, hay varias jugadoras que juegan en la misma posición y el hecho de que juegue una u otra ya no les da igual. Todas tienen una idea de quien lo hace mejor y peor. Así se expresa el entrenador sobre esta cuestión que para él es muy relevante:

“ Un paulatino cambio de ciclo en el equipo, que transita de un grupo inicialmente más centrado en el divertimento y la recreación, hacia un equipo en el que comienza a normalizarse e imponerse un estilo más competitivo.”

“Yo que lo he vivido los cuatro o cinco últimos años te digo que lo que antes era algo más lúdico poco a poco se ha ido impregnando de elementos deportivos y ahora mismo se llevan muy bien todas, pero cuando salen al campo todas se dejan la piel, quieren ganar. Yo no sé si es bueno o malo, aparecen cosas nuevas cosas, que no tenían previstas, tensiones.”



Este “gusanillo” de la competitividad puede alterar algunos equilibrios respecto a momentos anteriores cuando predominaba en el equipo un estilo más recreativo. Los descartes para las convocatorias, los criterios para entrar en estas listas de convocadas, la estructura de las capitanas, que intermedian en la comunicación entre jugadoras y entrenador, son aspectos que están cambiando. No se trata de un cambio radical, aún persisten elementos del estilo de predominio recreativo, pero el equipo está madurando en esta línea. De hecho, es una madurez que va muy deprisa tal y como lo refleja su entrenador: *“El club tiene 25 equipos, pero el grado de madurez que han alcanzado las Mamis lo tienen tres o cuatro de entre ellos. [...] No sé siquiera si los otros 20 equipos de Mamis de España tendrán una estructura tan engrasada como la que tenemos nosotros, quizá dos o tres, igual los catalanes que tienen mucha tradición”*.

“ Este “gusanillo” de la competitividad puede alterar algunos equilibrios respecto a momentos anteriores cuando predominaba en el equipo un estilo más recreativo. Los descartes para las convocatorias, los criterios para entrar en estas listas de convocadas, la estructura de las capitanas, que intermedian en la comunicación entre jugadoras y entrenador, son aspectos que están cambiando. ”

Las jugadoras entrevistadas también perciben este cambio. Aunque siempre se ha hablado de que hay jugadoras más competitivas y otras más recreativas, o de que unas juegan más o menos tiempo, ahora se percibe un cambio más acentuado: el equipo es *“más complejo”, “se hace más difícil gestionarlo todo”*. Ante esta transición de un equipo *“más sosegado”* al equipo más competitivo actual, las jugadoras entrevistadas parecen querer mantener un espíritu de cohesión del grupo, basado en el valor de todas las compañeras, e impedir que las fuerzas más disgregadoras de la competitividad dañen el equipo:

“ Todas nos respetamos y todas somos importantes en algo. Una tiene una ambición, otra es más rápida, la otra más competitiva, la otra calmada, pausada y tiene la templanza que a lo mejor otra no tiene, hacemos un buen equipo.



“Hay veteranas de años en el equipo y recorrido en el equipo. Hay más jóvenes, hay más combativas, más reflexivas, hay quien solo va a jugar y todas cuentan”.

Las Mamis no solo transitan de un equipo recreativo a uno más competitivo, sino también de un equipo menor en cuanto importancia en el club a convertirse en una pieza clave en su organización y gestión. Este protagonismo en la “política” del club se ha visto claramente en las últimas elecciones celebradas en 2019, en las que una de las dos candidaturas en liza estaba apoyada por varias jugadoras de las Mamis, que preconizaban potenciar el lado social del club y unirlo con el lado competitivo.

Conclusión

Hemos recorrido en estas páginas, el contexto del equipo de las Mamis del Valencia CH y sus dimensiones de funcionamiento interno. Las Mamis vistas desde dentro nos ofrecen una gama de cuestiones de gran interés en cuanto a las relaciones del deporte y las mujeres. Aquí nos hemos centrado en la familia, el tiempo propio, el cuerpo, la amistad y el ocio, entre otros. Su evolución hacia un grupo más amplio numéricamente, más consolidado y orientado hacia un estilo deportivo más normalizado y competitivo deja planteados interrogantes que irán teniendo respuesta en un futuro próximo. Nos dejamos algunos aspectos por tratar, que han sido mencionados en las entrevistas, pero que necesitarían más información para matizar y extraer conclusiones más sólidas. Este es el caso del carácter igualitario del hockey como deporte; de la persistencia de estereotipos, que se reflejan en algunas reglas de juego

“ El tema del sexismo en el hockey ha sido mencionado en las entrevistas. Las jugadoras perciben que conforme crece el equipo y se necesita más tiempo de entrenamiento, salen a la luz actitudes sexistas por parte de la federación, como que las mujeres no paran de pedir o no paran de quejarse. ”

paternalistas y proteccionistas hacia las Mamis; las peculiaridades y diferencias del hockey entre los sexos: más reflexivo el de las mujeres, más impulsivo el de los varones... *“diferente, pero no mejor”*; como concluye una de nuestras jugadoras entrevistadas. El tema del sexismo en el hockey ha sido mencionado en las entrevistas. Las jugadoras perciben que conforme crece el equipo y se necesita más tiempo de entrenamiento, salen a la luz actitudes sexistas por parte de la federación, como que las mujeres no paran de pedir o no paran de quejarse. Cuando el equipo era un divertimento este trato pasaba más despercebido, pero cuando las mujeres demandan más espacio comienzan a verse agravios comparativos sexistas.

El contexto del hockey en el que se mueven las Mamis nos deja también algunos temas que necesitan más información. Aunque no era nuestra intención captar las dificultades del hockey valenciano y español, nos hemos encontrado con unas necesidades materiales que dificultan su desarrollo y que se mencionan de pasada en las entrevistas. Fundamentalmente, nos referimos a la falta de recursos, que provoca una precariedad laboral y una masculinización del cuerpo de entrenadores. Pocos/as pueden dedicarse únicamente al trabajo de entrenador/a, hay que compatibilizarlo con otro empleo y el riesgo de abandonar es elevado ante las pocas expectativas de poder vivir exclusivamente del hockey. Los entrenadores menos precarios son varones.





Esta debilidad de recursos se refleja también en las familias. Todo reposa sobre su bolsillo: las cuotas, el equipamiento, muchos de los viajes a torneos fuera del circuito. Faltan recursos para hacer crecer la afición. Faltan nuevas instalaciones. La desigualdad de recursos entre los deportes más pequeños y los más grandes (como el fútbol) es abismal. Mientras que la elite del deporte nada en la abundancia, los deportes más modestos se ahogan en la pobreza de medios

Pese a estas limitaciones, el hockey florece en las pistas de Beteró y de Tarongers, donde cientos de jugadores y jugadoras asisten cada día. Entre ellas, las Mamis, a quienes hemos dirigido nuestra atención porque suponen un caso ejemplar de cara a la igualdad de género en el deporte. La mayoría de las mujeres de su edad se ven aquejadas por el abandono de la práctica deportiva debido al trabajo y a las cargas familiares. En cambio, las Mamis están deseando que llegue el día del entrenamiento y lanzan la pregunta ¿Quién ha dicho que las mujeres de edades intermedias abandonan el deporte? ¿quién ha dicho que el deporte es solo para los jóvenes? Son, por tanto, un ejemplo inspirador para pensar cómo frenar este abandono. Son un ejemplo único, ya que en otros deportes no hay mamis más que en algunos casos aislados y embrionarios. Desde este punto de vista, y aunque no nos guste mucho la expresión, son un fenómeno social, que se explica por la confluencia de factores que hemos intentado aclarar en este breve informe sobre ellas.

Bibliografía

- Aymerich, P. (2016) *Nuestro Hockey. Recuerdos del Club de Campo y del Hockey Español*. Amazon Distribution.
- Forsdike, K., Marjoribanks, T., Sawyer, A.-M (2019) Hockey becomes like a family in itself': Re-examining social capital through women's experiences of a sport club undergoing quasi-professionalisation *International Review for the Sociology of Sport*, 54 (4), pp. 479-494.
- López-Villar, Cristina (2014) The Beginnings of Hockey in 1930s Galicia (Spain): A Female Phenomenon, *The International Journal of the History of Sport*, 31:9, 1133-1157, DOI: 10.1080/09523367.2014.882911
- Thompson, Shona (1999) *Mother's Taxi: Sport and Women's Labor*. State University of New York Press

BUENAS PRÁCTICAS

- 1. Potenciar la sociabilidad y las relaciones de amistad.** El equipo ha reforzado la amistad y los contactos. La vida social del equipo se acompaña con cenas y celebraciones frecuentes y un tercer tiempo donde se comparten experiencias. Algunas de las jugadoras extienden estas relaciones de amistad fuera de los entrenamientos.
- 2. Mejorar el cuidado del cuerpo.** Las mujeres han ido progresivamente adoptando hábitos de mejora en el cuidado del cuerpo: dejar de fumar, nutrición, gimnasia complementaria.
- 3. Potenciar las relaciones familiares: comunicación y relaciones intergeneracionales.** El hockey se juega muy frecuentemente por todos los miembros de la familia. Los hijos y las hijas, los padres y las madres se refuerzan mutuamente.
- 4. Recrear una esfera de tiempo autónomo, propio.** Las jugadoras han encontrado un espacio deportivo para conciliar tiempos familiares, tiempos de cuidados y tiempos deportivos
- 5. Mantener la práctica deportiva en edades de alta posibilidad de abandono.** El equipo apenas ha sufrido abandonos de jugadoras. Al contrario, el número de Mamis no ha dejado de crecer desde la creación del equipo.



Vídeo caso 4





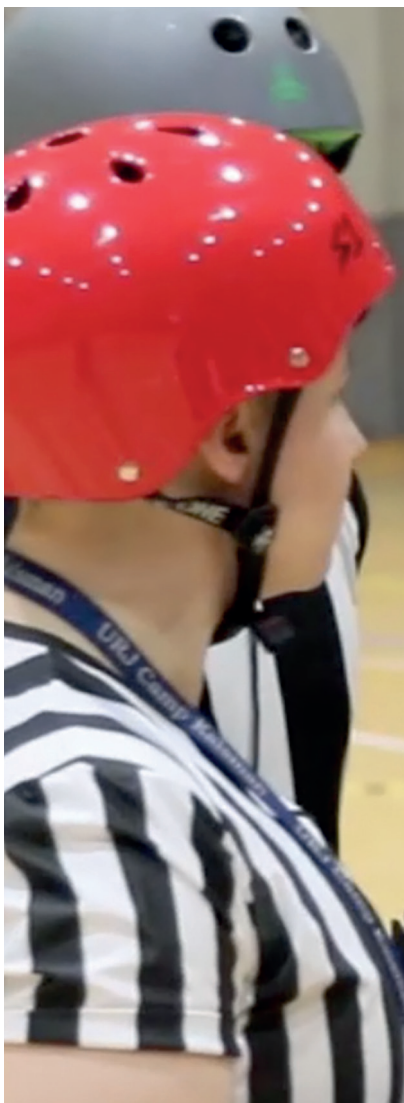


Recomendaciones del informe

Mujer y Deporte en la Comunitat Valenciana: género, desigualdades deportivas y buenas prácticas para la igualdad

Las recomendaciones que plantearemos a continuación están dirigidas a toda esta variedad de mujeres deportistas y a todas las que aún no han accedido al deporte. Articularemos este apartado en torno a **2 recomendaciones transversales** y **3 específicas ligadas a las tres fracturas que hemos descrito e investigado en el apartado 4**. En cada recomendación, recogeremos medidas concretas a modo de desarrollo de las recomendaciones. Recordamos que las tres fracturas a las que nos referimos nos han servido para organizar el diagnóstico sobre los problemas del deporte de las mujeres. En cada una de estas fracturas, se producen problemas específicos que retomamos en este apartado de recomendaciones para aportar ideas más concretas acerca de su solución o mejora. Las tres fracturas son:

1. **La fractura de la adolescencia**, con un intenso abandono deportivo que se prolonga a lo largo de la juventud.
2. **La fractura de la transición a la vida adulta**, cuando las mujeres en la treintena sacrifican el deporte ante una intensificación del trabajo asalariado y de los cuidados familiares
3. **La fractura en las edades de la madurez**, entre 45-55 años, sobre todo, entre los estratos y condiciones sociales más desfavorecidas -amas de casa, bajos niveles de estudio, extracción social modesta-. En estos grupos se encuentran las mujeres con tasas más bajas de actividad físico-deportiva.



Antes de desglosar las recomendaciones, para cada una de ellas, recogemos las 2 propuestas transversales necesarias para un enfoque integral para el avance de la igualdad de género y son beneficiosas y necesarias para todas.

1ª RECOMENDACIÓN TRANSVERSAL

Avanzar en la aplicación de las propuestas de actuación elaboradas por las grandes organizaciones internacionales: Unión Europea y Consejo de Europa

Un punto de partida para promover la igualdad de género en el deporte es avanzar en la aplicación de las propuestas de actuación ideadas por las grandes organizaciones internacionales. Estas propuestas se han elaborado para que los países tengan marcos comunes de actuación, plazos y objetivos compartidos e instrumentos para alcanzarlos. Se trata de propuestas que tienen una vocación integral, abordando diferentes ejes con la intención de que se vayan trasponiendo en los diferentes marcos legales y normativos. Algunas de las medidas han comenzado ya a desarrollarse en España y en algunas comunidades autónomas, que se están dotando de planes estratégicos sobre el deporte, e incluso de planes específicos para el deporte de las mujeres, en los que se incluyen medidas para recoger información sistemática y desagregada sobre el lugar de la mujer en el deporte; supervisar los avances en igualdad de género de las entidades que reciben subvenciones públicas; concienciación y visibilización de las deportistas en los medios de comunicación; incorporación de la igualdad de género en la formación, entre otras.

Las dos propuestas que especificamos a continuación están dirigidas al conjunto de países europeos e incumben a España y sus comunidades autónomas. El Consejo Superior de Deportes y las administraciones públicas que gestionan el deporte en las regiones son, sin duda, conscientes de la necesidad de transponer estos planes integrales a sus ámbitos territoriales. El grado de abstracción en que se mueven las



propuestas hace, a veces, difícil la ejecución y puesta en marcha de las medidas. No obstante, en las páginas web de las instituciones responsables, existen documentos de carácter más práctico para facilitar la puesta en marcha. Puede accederse a ellos siguiendo los enlaces que se aportan en cada una de las dos propuestas que señalamos a continuación:

1.- Unión Europea: *Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014–2020*

Esta propuesta es la base de actuación de la Unión Europea. Contiene las líneas de acción y los objetivos para 2020. Así mismo, aporta herramientas para el diseño de planes de igualdad en el deporte de cara a su aplicación en los países miembros. Muy resumidamente, las recomendaciones que incluye la propuesta son:

1. Igualdad de género en la representación en órganos de toma de decisiones.
2. Representación equitativa en cargos técnico-deportivos y en el profesorado de enseñanzas deportivas.
3. Prevención y lucha contra la violencia de género en el deporte.
4. Lucha contra los estereotipos negativos de género en el deporte y promoción, desde los medios de comunicación, de modelos positivos.

2.- Consejo de Europa: Recomendación CM/Rec (2015)

Esta propuesta nace en el seno del Consejo de Europa. Desglosamos en el siguiente recuadro todas sus medidas concretas:

Recuadro 6: Recomendación CM/Rec (2015) del Comité de Ministros a los Estados miembros sobre la incorporación de la perspectiva de género en el deporte (adoptada por el Comité de Ministros el 21 de enero de 2015)

Esta recomendación es una de las principales propuestas institucionales en el marco europeo para promover la incorporación de la perspectiva de género en el deporte de forma sistemática e integrada. El Consejo de Europa cuenta con una larga experiencia en el estudio del deporte y las desigualdades sexuales. La intención de la reco-



mendación, que ha sido emitida por el comité que agrupa a los ministros de los Estados miembros que trabajan en el ámbito del deporte, es que sus pautas se extiendan a todos los países europeos en sus diferentes marcos territoriales -nacionales, regionales, locales- Dada la coincidencia entre el COE y la Unión Europea en cuanto a los contenidos de la recomendación, es particularmente importante que los gobiernos territoriales los conozcan y apliquen. En esta ficha presentaremos una síntesis de sus líneas principales.

El Comité de Ministros parte de la constatación de que las mujeres sufren en el deporte un déficit de igualdad que es necesario compensar para aprovechar las ventajas que el deporte puede aportar a la mejora de su salud, su bienestar y sus relaciones sociales. Este déficit tiene un carácter estructural que debería ser abordado por los gobiernos de los países miembros con una estrategia de acción integral que contendría las siguientes líneas:

1.- Avances en la legislación

- Integrar el principio de igualdad entre mujeres y hombres en toda la normativa relativa al deporte y evaluar posibles impactos sobre el principio de igualdad de futuras leyes.

2.- Puesta en marcha de políticas y programas de actuación

- Avanzar en la presencia de mujeres en los órganos de toma de decisiones en materia deportiva.
- Elaborar planes de actuación que alcancen la igualdad de facto entre hombres y mujeres en el deporte, con especial incidencia en los grupos desfavorecidos y sometidos a discriminaciones múltiples.
- Adoptar estrategias de lucha contra los estereotipos sexistas en la práctica del deporte.
- Avanzar en una estrategia de género aplicada al reparto equitativo de los presupuestos y los recursos en el deporte (fondos, instalaciones, medios humanos, etc.).
- Concebir instalaciones deportivas seguras y accesibles para las mujeres de todas las edades
- Priorizar en los criterios de subvenciones y ayudas a las organizaciones deportivas que respeten los criterios de igualdad.
- Concertar en los marcos territoriales de cada país a los diferentes actores (tercer sector, universidades e investigación) que puedan poner en marcha planes integrales en el deporte y evaluar los diferentes programas deportivos.



3.- Programas y políticas específicas en el marco de la escuela

- Integrar el principio de igualdad en el marco de las actividades escolares y extraescolares.
- Formar al profesorado específicamente en este principio.

4.- Programas y políticas específicas en el marco de la violencia sexista

- Abordar políticas de prevención y lucha contra la violencia sexista, la intimidación, el acoso, las amenazas y los abusos sexuales en el deporte.

5.- Campañas de sensibilización y formación

6.- Investigación y recogida de datos

- Impulsar la investigación y la producción de estadísticas y datos que contemplen los problemas diferenciales de las mujeres en el deporte, las razones de sus desigualdades y los condicionantes para su participación igualitaria en el deporte y el seguimiento por parte de las autoridades públicas de todos los resultados de investigación y evaluación de programas.

7.- Mejora de las políticas de las federaciones y organizaciones nacionales del deporte

- Instar a estas organizaciones a adoptar un lenguaje no sexista en sus comunicaciones; a equilibrar el uso igualitario de los recursos que administran; a sensibilizar sobre las desigualdades a sus inscritos y prevenir comportamientos sexistas.

8.- Mejora en el tratamiento de la igualdad por parte de los medios de comunicación

- Instar a los medios de comunicación a incrementar la visibilidad de las mujeres en los diferentes medios; a no reproducir los estereotipos sexistas; a introducir mujeres en las plantillas de profesionales de la comunicación; a mejorar la formación de estos profesionales.

9.- Seguimiento e intercambio de buenas prácticas a escala internacional



2ª RECOMENDACIÓN TRANSVERSAL

Sistematizar la investigación sobre deporte, mujer e igualdad de género

Las fuentes estadísticas para medir la práctica deportiva en España y en las comunidades autónomas son insuficientes y fragmentarias. Como hemos argumentado en el apartado de metodología de este informe, la Encuesta de Hábitos Deportivos 2015 ha cambiado muchas preguntas del cuestionario y la forma de muestreo respecto a ediciones anteriores de la encuesta. Esto dificulta hacer una serie cronológica larga sobre la práctica deportiva en España con garantías de precisión y rigor. Ha habido una mejora con la agrupación de las estadísticas deportivas en Deportedata -la base de datos con series estadísticas del sector deportes accesibles por Internet-, pero siguen siendo muchas las necesidades de información que no cubren los datos existentes. Algunas comunidades autónomas han realizado una encuesta de hábitos deportivos para analizar esta cuestión en su territorio, sería necesario que todos estos esfuerzos económicos se coordinasen para sacarles el mayor partido y hacer homogénea la información. Es por este motivo que se propone una recomendación transversal que podría desglosarse en las siguientes medidas:

- *Homogeneizar y asegurar la continuidad de la Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) estatal y coordinar las encuestas similares realizadas en otros niveles territoriales.* Es también prioritario contar con una encuesta de hábitos deportivos en edad escolar que cubra el ámbito estatal.
- *Favorecer las metodologías cualitativas para captar problemas emergentes y dimensiones profundas de la práctica deportiva.* Propiciar las dinámicas de participación en los barrios y la investigación-acción para involucrar a la ciudadanía en el diseño de políticas deportivas.
- *Favorecer en los barrios los programas de desarrollo comunitario y la innovación social basada en el deporte* por parte de los servicios sociales y el tercer sector.
- *Investigar sobre diseño de equipamientos deportivos con enfoque de género.* Los equipamientos deportivos urbanos apenas son frecuentados por las mujeres. Es precisa una reflexión sobre su diseño con criterios de

igualdad y pensado para nuevas necesidades y usuarios más allá de los jóvenes varones habituales.

- *Establecer convenios con las universidades para estimular la realización de trabajos de fin de grado y de fin de máster orientados hacia temáticas de investigación centradas en mujer y deporte.* Establecer incentivos: premios, publicaciones.
- *Orientar las prácticas curriculares de grados y másters en actividad física y deporte a satisfacer necesidades sociodeportivas prioritarias de la ciudadanía a través de modalidades como, por ejemplo, el aprendizaje servicio.* Decenas de jóvenes en las universidades podrían mejorar su aprendizaje e integrarlo en la práctica de los problemas sociales.
- *Recoger datos con precisión que permitan gestionar los fondos públicos destinados a federaciones y clubs a través de presupuestos de género.* Es necesario conocer el uso de estos fondos para poder objetivar las posibles discriminaciones hacia las mujeres y decidir su redistribución para favorecer la igualdad de los recursos.

1ª RECOMENDACIÓN ESPECÍFICA

Abordar la fractura deportiva en la adolescencia

La fractura deportiva que se produce en la adolescencia responde a una conjunción de causas complejas con diferentes actores implicados. En estas edades, la reproducción de estereotipos y barreras conducen a las adolescentes al alejamiento del deporte. Centrándonos en las barreras y los estereotipos deportivos, la in-





investigación académica y los casos que hemos estudiado en este informe confirman que siguen presentándose hoy con fuerza. Lejos de la percepción de que todo está cambiando, las adolescentes siguen constatándolo en diferentes niveles de interacción deportiva (con los objetivos competitivos del deporte, con los entrenadores y su interpretación de la competitividad y con las actitudes de sus compañeros adolescentes varones). La reproducción de los estereotipos sigue creando una brecha que aleja y provoca que las adolescentes en edades escolares abandonen el deporte. Es por eso que hablamos en este informe de fracaso escolar aplicado al deporte, con el agravante de que las niñas que comienzan a alejarse de la actividad física a los 10 años tienen unas posibilidades muy reducidas de ser físicamente activas cuando sean adultas. Tan solo un 10% a tenor de los datos del informe canadiense *Women in Sport: Fuelling a Lifetime of Participation* (Canada's dairy farmers & Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity, 2016).

Interpeladas acerca de qué es lo que hace el deporte atractivo para ellas, las adolescentes mencionan que es necesario que la actividad sea divertida, que el grupo tenga una dinámica positiva, que se imponga el sentimiento de pertenencia y aceptación. Cuando esto sucede mejora su rendimiento y crecen sus ganas de introducir la competitividad. Estas demandas de las chicas son, de alguna forma, inversas a las que tienen los chicos: quieren ser los mejores y los más competitivos y con ello ganan aceptación en el grupo y se divierten. Estas posturas contrapuestas han de ser equilibradas ya que cuando las adolescentes no encuentran en el deporte un atractivo, se alejan. Este alejamiento plantea el interrogante de si son las chicas las que fracasan en adaptarse al modelo deportivo o es el modelo el que fracasa en adaptarse a las demandas de las chicas.

El sistema deportivo está necesitado de un proceso de autorreflexión que parta de este interrogante que plantea cambios ligados al género. Si las reglas del juego apenas cambian, los estereotipos seguirán anquilosados y con ello el papel deportivo subalterno de las mujeres y su abandono del deporte. Se hace, por tanto, necesario un lote de medidas dirigidas a favorecer la reflexión de cada uno de los actores que participan en la fractura deportiva de la adolescencia. Medidas que requieren que cada actor evalúe su responsabilidad en la pervivencia de los estereotipos, desde la familia a la escuela, pasando por el deporte federado.



1.1.- Refuerzo en contenidos formativos sobre igualdad en el deporte y creación de figuras educativas y profesionales de experto o experta en igualdad de género en el deporte

Necesidad de formar al profesorado, monitoras y monitores, entrenadores y entrenadoras que guían la actividad deportiva de las adolescentes sea en la escuela, en las actividades extraescolares o en los equipos federados. En primer lugar, esta formación pasa por introducir a corto plazo contenidos sobre igualdad de género en los grados universitarios y los ciclos formativos de formación profesional orientados al deporte, ante la evidencia de que los titulados y tituladas de estos niveles educativos carecen de formación sistemática en materia de género. En segundo lugar, a medio plazo, las universidades deberían impulsar nuevas figuras educativas y profesionales de experto o experta en igualdad de género en el deporte, que pudiesen posteriormente ir introduciendo cambios en los diferentes ámbitos deportivos, desde la escuela al deporte federado.

1.2.- Profundizar en una educación física crítica en la escuela

Una mejor formación del personal técnico puede ser el primer paso para seguir profundizando en una educación física escolar crítica, que no reduzca el papel del enseñante al de *coach* o monitor, que no entienda el papel del alumno o alumna como el de un campeón en potencia con un cuerpo que ha de ser entrenado para ganar, que no limite el cuerpo a la pura motricidad en pos del mejor rendimiento. Existen muchas experiencias de aplicación de este enfoque crítico, pero es necesario seguir progresando en las clases de educación física como espacio para promover actitudes positivas de aprendizaje sobre el cuerpo y diseñar actividades unisex basadas en la coeducación. En capítulos anteriores 4.1, se ha aportado documentación para seguir pistas en estas vías de innovación de la educación física.

En conjunción con este proceso de innovación, y de orientar esta con un enfoque de género, sería pertinente ampliar el programa actual de Centros promotores actividad física y deportes (CEPAFE) con un



subprograma específico de centros promotores de igualdad de género en el deporte escolar.

Para completar este esfuerzo de innovación, sería muy positivo profundizar en los mecanismos de coordinación entre todos los niveles de la administración pública con competencias en la educación física en las escuelas.

1.3.- Campaña dirigida a padres y madres para informar y sensibilizar sobre su importante función en la promoción del deporte de sus hijas

Dado el papel determinante de los padres y madres en el inicio y en la continuidad deportiva de sus hijas, sería altamente recomendable una campaña que guiase a los padres y madres desde la introducción y primeros pasos en el deporte de las niñas, hasta las recomendaciones de cómo no reproducir estereotipos, motivar, ayudar a elegir deporte, continuarlo e incluso interesar a las adolescentes en estudios deportivos posteriores, en cumplir funciones técnicas o seguir interesadas en el deporte como árbitras, etc.



1.4.- Frenar el abandono de las jóvenes en los primeros pasos del deporte federado

El abandono del deporte federado de las chicas se dispara en la categoría de cadete, en torno a los 14 años. Para frenar esta tendencia, las federaciones han de abordar una reforma profunda, con medidas en diferentes frentes. Entre otras:



- En primer lugar, en el frente de las estructuras de gobierno, donde es necesario renovar los puntos de vista y las sensibilidades, predominantemente masculinas, para resolver problemas vinculados a las categorías femeninas. Esta llegada de nuevas responsables federativas puede integrar en la organización la prioridad de los problemas de género.
- En segundo lugar, es preciso abrir una reflexión sobre el equilibrio entre competición y recreación en las categorías de infantiles y cadetes. Este es un debate complejo que implica a las chicas, a las familias, a los técnicos y a la escuela, ya que el abandono viene causado a veces por la sensación de estar descuidando los estudios. La gama de factores es compleja y deben ser sopesados por unas federaciones renovadas, que además sufren una falta considerable de recursos.
- En tercer lugar, es necesario fomentar los entrenamientos mixtos, estos espacios no competitivos, sino de preparación y tecnificación, pueden ayudar a compartir experiencia deportiva entre chicos y chicas.
- En cuarto lugar, conocer y distribuir los recursos financieros públicos en el seno de las federaciones es fundamental para emprender la puesta en marcha de presupuestos de género que promuevan la igualdad en su distribución.

2ª RECOMENDACIÓN ESPECÍFICA

Intervenir en la fractura del deporte en la transición a la vida adulta de las mujeres

Al dejar atrás la juventud, las mujeres de edades intermedias, entre 30-45 años, ven reducidas sus posibilidades de mantener una práctica deportiva continuada. Esas edades representan un momento en el que se intensifica su implicación en el trabajo asalariado y los cuidados familiares. Esto marca un cambio de prioridades, que, además, vienen acompañadas por una desigualdad respecto a los varones en cuanto a los usos del tiempo. Su dedicación al trabajo doméstico dobla en tiempo a la de los varones. Sus posibilidades de tiempo libre quedan restringidas y, por tanto, la práctica deportiva se resiente por esta situación. A la falta de tiempo, se añaden otras barreras que



hemos identificado en el informe: dificultades de conciliar tiempos laborales, familiares y deportivos; limitaciones a la actividad física que puede traer consigo el embarazo y la crianza; cambios físicos y aparición de dolencias asociadas a la edad; dificultades en cuanto al desplazamiento a los lugares de práctica; el coste de las actividades deportivas y la falta de información sobre oferta deportiva. No es sencillo encontrar actividades gratuitas o poco costosas con horarios adaptados a las exigencias laborales y familiares, y más cuando el tiempo y las distancias son una limitación determinante. Habría que añadir que, en estas edades, el cuerpo comienza a apartarse del ideal estético deportivo que transmiten los medios de comunicación, lo que provoca que muchas mujeres que practican deporte se vean incomodadas por esta distancia con la imagen idealizada de belleza femenina -peso, enrojecimiento, sudor- y las reacciones que suscitan en los varones.

Dado que no existen recursos específicos adecuados y suficientes para hacer frente a todas estas barreras, el abandono de la actividad física de estas mujeres es un hecho que seguirá avanzando. La brecha deportiva se ampliará, ya que los varones reducen mucho menos sus niveles de práctica en estas edades y conservan un tiempo libre ligado al deporte mayor que las mujeres. Por tanto, para la igualdad de género en el deporte, es imprescindible afrontar estas situaciones.

Las recomendaciones y medidas que pueden establecerse para atender esta segunda fractura deportiva de las mujeres se despliegan en dos grandes áreas, que están relacionadas con los dos bloques de tiempos en los que estas mujeres pasan la mayor parte de la jornada: el tiempo de trabajo y el tiempo de cuidados. Cualquier mejora de los niveles de su práctica deportiva pasa por intervenciones en estos dos tiempos.

1.- Fomentar la responsabilidad social deportiva de la empresa

Respecto al tiempo de trabajo, sería deseable que las empresas aumentasen su implicación en la promoción de la actividad física y el deporte entre la plantilla. Hemos analizado en el Apartado 4.2 la situación actual y las posibilidades de la empresa en cuanto a esta labor de promoción. En este apartado de recomendaciones, se trataría de concretar la propuesta, para articularla con el conjunto de recomendaciones de este capítulo.

En líneas generales, no se trataría tanto de promover el «deporte de empresa», como de lograr que la empresa se convierta en un actor que facilite, cree oportunidades, incentivos para que las mujeres puedan practicar actividad física y deporte en el ámbito laboral. Las empresas son un espacio en el que las mujeres podrían encontrar soluciones al principal problema que las impide practicar deporte: la falta de tiempo. Además, tendrían el incentivo añadido de hacerlo en grupo, con compañeros y compañeras de trabajo. Para las mujeres, la empresa podría ser un espacio donde conciliar tiempo de trabajo, tiempo de cuidados y tiempo deportivo. En países de Europa del Norte y del ámbito anglosajón, esta función de la empresa está muy difundida y cobra formas muy variadas, entre otras:

- Información, sensibilización y promoción de la actividad física y el deporte, mediante cursos o sesiones informativas.
- Creación de centros de *fitness*, gimnasios, en las instalaciones de trabajo o apoyo financiero de la empresa para acceder a clubs.
- Promoción de los desplazamientos a pie o en bicicleta al centro de trabajo.
- Montaje de duchas o taquillas en las instalaciones para comodidad de quien decida aprovechar deportivamente momentos libres o intermedios de la jornada laboral.
- Entrenar a equipos de trabajadores y trabajadoras que se implican en carreras solidarias y otros eventos deportivos. Esta dimensión solidaria acompañada de un entrenamiento subvencionado por la empresa resulta un incentivo para practicar deporte.
- Dedicar fondos y coberturas de las mutuas para el desarrollo de programas vinculados a la actividad física.







- Crear galardones o reconocimientos a «empresas activas» acompañados de incentivos
- Introducir el sedentarismo y la baja actividad física como problema de salud laboral. Un alto porcentaje de trabajadores/as soporta largas jornadas sedentes.
- Incluir en los procesos de negociación colectiva contenidos ligados a la salud laboral mediante la actividad física y el deporte.
- Considerar el sedentarismo y la baja actividad física en las evaluaciones de riesgos laborales.

Es cierto que la realidad de las empresas españolas o valencianas es diferente a las escandinavas o de Europa Central, donde se prima menos la presencia en el lugar de trabajo y hay más tiempo libre. También es un hecho que implantar programas y objetivos como los anteriores requiere una gran concertación entre actores sociales -empresas y sindicatos- liderados por las administraciones públicas. Muchos de los programas anteriores cuentan con exenciones fiscales, premios, normativas, etc. Por tanto, son iniciativas destinadas a introducirlas en una agenda a medio plazo, con la colaboración de todos los actores sociales.

Sin embargo, a corto plazo, podrían ponerse en marcha dos medidas eficaces para las mujeres:

1.1.- Creación por parte de grandes empresas (más de 250 trabajadores/as) de gimnasios en el centro de trabajo o facilitar apoyo financiero a las trabajadoras para inscribirse en gimnasios cercanos.

En las investigaciones consultadas, esta es una de las medidas más eficaces para las mujeres. Iniciar programas de este estilo en las empresas de más de 250 empleados/as supondría llegar a más de 5,5 millones de trabajadores/as. Más de un 25% del total en España. Las opciones podrían ser muy variadas para conseguir que el costo no fuera un obstáculo insalvable: acuerdos con instalaciones municipales; salas cofinanciadas por grupos de empresas en zonas urbanas de alta concentración de empresas; bonos en gimnasios; actividades en grupo en parques cercanos guiadas por un entrenador o entrenadora, etc.



1.2.- Empezar un estudio sobre las posibilidades de vincular estrategias de actividad física y deporte en el ámbito empresarial.

En España y en la Comunitat Valenciana, las experiencias en este terreno no son muy abundantes y sería preciso contar con información para recopilar experiencias nacionales e internacionales y valorar su viabilidad y ampliación al conjunto del tejido empresarial. Esta recomendación podría inmediatamente aportar información para poner en marcha programas piloto ya que en este terreno existe poca experiencia y mucho retraso sobre otros países.

2.- Fusionar tiempos de cuidados y tiempos deportivos.

Las mujeres de estas edades se ocupan mayoritariamente del trabajo doméstico y de cuidados. Una política deportiva basada en la igualdad ha de analizar la jornada doméstica, hacer un seguimiento de los lugares por los que transitan las mujeres en sus tiempos de cuidados. Es necesario conocer los trayectos y los bloques de tiempo con los que cuentan y crear oportunidades para que puedan convertir alguno de ellos en tiempos deportivos. Socialmente, esta posibilidad se da por perdida de antemano y existen pocas experiencias, por tanto, es necesario aceptar el carácter experimental de cualquier medida que se proponga. Medidas que han de ser imaginativas y audaces.

Existen al menos tres momentos en los que se podrían introducir paréntesis deportivos para acompañar los movimientos de las mujeres y generar ocasiones de actividad física. Esto abre tres medidas posibles.

2.1.- Creación de actividades deportivas ligadas al momento de llevar los niños al colegio.

Las mujeres son mayoritarias en las puertas de los colegios al dejar a sus hijos. En los momentos de entrada o salida de las escuelas, muchas de ellas conversan en la puerta, se distienden un rato o se dirigen a sus domicilios. Si se promoviese una oferta de actividades deportivas en las escuelas, o en lugares cercanos,



podrían encontrar esta oferta atractiva y decidir usar un tiempo para la actividad física junto a otras madres. Para el grupo de mujeres que pudiera encontrarse en esta situación y no tuviese que salir a toda prisa a su centro de trabajo, estas actividades podrían representar una oportunidad.

Somos conscientes de las dificultades de los centros escolares en cuanto a la saturación de sus espacios. Sin embargo, la concertación entre las instituciones responsables de las políticas educativas, deportivas y la participación de las asociaciones de padres, podría recrear una red de proyectos instaurados por las administraciones públicas con esta finalidad. Uno de los casos estudiados en este informe -las Mamis del Hockey-, estuvo asociado en su origen al tiempo vacío que quedaba cuando las madres llevaban a niños y niñas al entrenamiento y tenían que esperar hasta que acabasen. Llenar este tiempo con una actividad deportiva constituyó una buena oportunidad para hacer deporte.

2.2.- Creación de actividades deportivas en los parques y equipamientos deportivos anexos.

Madres y padres pasan al acabar las clases de la tarde un tiempo considerable con los hijos en los parques. Muy a menudo, parques en los que hay equipamientos deportivos o zonas verdes, incluso dotados con circuitos de *running* o con aparatos de ejercicios gimnásticos. Este sería un momento para planificar programas, que podrían incluir actividad física de padres o madres con los pequeños o actividades guiadas en los equipamientos deportivos anexos, sin necesidad de desplazarse, asegurando el cuidado de los pequeños con actividades de ludoteca al aire libre en el propio parque, incluso en lugares contiguos a donde se practica la actividad física. Ciertamente, este tipo de ofertas sería una alternativa para no pasar sentada en un banco de madera 60-80 minutos vigilando a los niños. Sin duda, para muchas mujeres representaría un pequeño paso en la igualdad en cuanto a poder practicar actividad física. Tampoco cabe duda de que, nuevamente, hay que poner en marcha la innovación y acertar con el tipo de actividades propuestas, seguramente muy basadas en juegos con contenido físico o pequeñas actividades de gimnasia no intensiva, en sesión continuada, para acoger a las madres o padres que se vayan incorporando; animaciones y demos-



traciones de clubs deportivos. Convertir estas prácticas en un hábito para los padres con niños entre 4-8 años no es un imposible.

2.3.- Organización de actividades deportivas en familia en fin de semana.

Este tipo de actividades en familia no son una novedad, se plantean a menudo en los planes estratégicos, aunque no siempre se especifica pormenorizadamente cómo se llevarán a cabo. Son una propuesta atractiva, prometedora, factible, pero no siempre fácil de concretar. En este informe, se aporta una precisión para estas actividades deportivas en familia. Se trata de su realización en fin de semana. Hemos visto en apartados anteriores cómo las Encuestas de Hábitos Deportivos revelan que la actividad deportiva de las mujeres se reduce en los fines de semana. La presencia de las niñas y niños y la puesta al día de las tareas domésticas se intensifican en esos días. Es por tanto un momento crucial para actuar. Por otro lado, al encontrarse todos los miembros de la familia libres de actividades escolares y laborales, aumenta la posibilidad de combinar juntos una actividad deportiva. Es un momento propicio para compartir tiempo de deporte y de cuidados todos los miembros de la familia. Compartir este tiempo deportivo, con implicación de todos, podría ser un acicate para que todas las personas percibiesen la necesidad de compartir también otras tareas que la casa reclama. El uso conjunto de tiempo en el deporte, podría despertar la pregunta sobre el uso conjunto del tiempo en otras tareas, sobre la corresponsabilidad. Con confianza y optimismo, el deporte podría ser un vehículo para la igualdad o, al menos, para pensar sobre ella. Esta medida sería más propicia cuando los niños y las niñas se encuentran en edades de enseñanza primaria. Los programas podrían ser muy variados en cuanto a las actividades y deportes elegidos. Entre las dificultades principales: la financiación, la apertura de instalaciones en domingo con la correspondiente implicación de monitores y otro personal.

En resumen, esta segunda recomendación y sus medidas encaran la limitación principal de tiempo que condena al abandono de la actividad física de muchas mujeres. Por ello, pueden ofrecer alternativas en un terreno poco transitado por ahora.

Ficha 14

Nogent-sur-Marne: Deporte dominical en familia: un impulso para la igualdad (Francia)



Nogent-sur-Marne, es una ciudad de 30000 habitantes situada en el Departamento de Val-de-Marne a 15 km de París. El ayuntamiento está muy motivado con la idea ofrecer el deporte como un medio de mejora del ocio saludable familiar. El servicio de deportes ofrece, desde 2006, una actividad que consiste en abrir el polideportivo municipal y organizar diferentes prácticas deportivas dirigidas al conjunto de la familia. Pueden practicar conjuntamente mayores y pequeños o separadamente en las diferentes actividades organizadas, aunque siempre de forma simultánea en el tiempo. Todos los años, desde septiembre a abril, un domingo al mes, los monitores del servicio de deportes organizan esta actividad gratuita durante toda la tarde. Las actividades incluyen gimnasia o mini básquet para los niños más pequeños; bádminton y tenis de mesa para los de secundaria y gimnasia rítmica para padres y madres. Las actividades van variando a lo largo de estos años y siempre están guiadas por monitores y monitoras de deportes. Se

realizan, puntualmente, demostraciones por parte de deportistas federados para presentar deportes y también actividades organizadas por asociaciones deportivas instaladas en Nogent-sur Marne. A lo largo de estos años, la demanda ha ido creciendo y las familias repiten.

De hecho, la actividad ha servido, seguramente, de inspiración a iniciativas empresariales que han surgido recientemente en Nogent-sur Marne y que han captado el interés de proponer una oferta de actividades deportivas en familia. En concreto, el club de gym Family Move impulsado en 2014 por un joven emprendedor -Jérôme Fortunato- que comenzó con la idea de crear un baby-gym, para los más pequeños, pero que ha ido incorporando una oferta de cursos (gym, zumba, cardio, pilates, stretch...) para padres y madres de todas las edades, quienes pueden compartirlas con los niños. Este joven emprendedor franquicia ya la innovadora idea de Family Move para que sea replicada en otras ciudades.

El programa "Deporte en familia" en Nogent-sur-Marne obtuvo en 2008 el prestigioso premio *Fais-Nous Rêver* que otorga la Agence pour l'Éducation par le Sport (APELS), gracias a los logros de esta iniciativa en pro del deporte en familia y la igualdad de género.

Fuente:

- Programa "Sport en famille" en Nogent-sur-Marne: https://ville-nogentsurmarne.com/nsm_agenda/sport-en-famille-8/
- <https://www.familymove.fr/>



3ª RECOMENDACIÓN ESPECÍFICA

Actuar ante la fractura del deporte de mujeres maduras (45-55 años) alejadas de la práctica deportiva.

Esta tercera recomendación se dirige a un tercer grupo de mujeres que acumula problemas graves de alejamiento y no participación en la actividad física y deportiva. Se trata de un grupo numeroso de mujeres, con edades en torno a los 45-55 años, pertenecientes a los estratos sociales más modestos y con dedicación de ama de casa compatibilizada, a veces, con trabajos asalariados descualificados a tiempo parcial. Este grupo concentra las tasas de práctica deportiva más bajas y configura la tercera fractura deportiva que hemos analizado con detalle en este informe en el Apartado 4.3. Los datos muestran que su nivel en cuanto a la actividad física es el de más baja frecuencia de toda la población. Presentan un perfil por debajo incluso de las personas incluidas en la 3ª edad. Su situación ha empeorado entre 2013-2017 y la necesidad de políticas orientadas a aumentar su nivel de actividad física es apremiante.

Si hablamos de igualdad de género en el deporte, este grupo de mujeres presenta una situación muy desfavorecida. La acumulación de desigualdades de género las ha esquinado a los márgenes del deporte y, prácticamente, se han visto excluidas de la práctica deportiva. No han podido participar del modelo que, no sin dificultades, se ha difundido en los últimos treinta años en nuestro país en torno al deporte. Un modelo en el que cada vez más mujeres han podido encontrar un espacio para estar en forma, cuidar su bienestar mediante una actividad física saludable y tener un tiempo de ocio deportivo propio para la vida cotidiana. Este modelo no ha llegado a las mujeres en peores situaciones sociales, aglutinadas generalmente en la categoría de ama de casa. Esta situación, que roza la "exclusión deportiva", ha repercutido en sus condiciones de salud, con una incidencia mayor de sobrepeso o de dolencias crónicas. Acceder a la actividad físico deportiva traería a estas mujeres grandes ventajas en cuanto a su bienestar físico y mental, sus relaciones de sociabilidad y una mejora de la calidad de vida.

No es una tarea sencilla atraer a estas mujeres no practicantes a la actividad deportiva. La principal dificultad es que las desigualdades de género han provocado que no se representen a sí mismas como deportistas. El deporte es una esfera ajena para ellas y recuperar este espacio o dar los primeros pasos hacia una identidad deportiva, incluso modesta, requiere desmontar los estereotipos deportivos ligados a la imagen, al peso y al estilo de vida deportivo.



Además de esta dificultad principal, habría que vencer otras muchas: falta de antecedentes deportivos; falta una oferta de actividades apropiada; coste de inscripción en actividades; dificultad de acceso a información; tiempos obligados a las tareas familiares; resignación frente a su estado de baja forma física; autodesprecio ante su imagen; indiferencia hacia el deporte.

Esta son las razones del abandono que tradicionalmente ha acompañado a estos grupos de mujeres. Sin embargo, en algunos países se han comenzado a afrontar estas dificultades y a integrar en las políticas deportivas nacionales y en las estrategias de actividad física a estas mujeres. Es necesario comenzar con objetivos modestos y asequibles para ellas, con profesionales preparados para motivarlas, retenerlas y hacer de la actividad física un lugar posible para ellas.

Para estas mujeres, tan oprimidas por la definición excluyente de pasividad construida desde los estereotipos masculinos, acceder a la esfera del deporte permitiría situar, incluir, su cuerpo activo en la misma esfera deportiva de los varones. Ocupar esta esfera supone, al menos, una pequeña subversión simbólica del orden de la dominación. Por añadidura, la práctica deportiva y la actividad física generan cambios en la expresividad y en las percepciones sensoriales sobre nuestro cuerpo y el de los otros. El deporte podría enriquecer la sociabilidad de estas mujeres. En todo caso, la igualdad de género en el deporte no sería un concepto inclusivo si dejase fuera de su desarrollo a este grupo de mujeres.

Consideramos que las dos medidas siguientes podrían avanzar en esta dirección de un deporte inclusivo para el cual es necesario un fuerte apoyo y coordinación de las administraciones públicas.

3.1.- *Redefinir la promoción de la actividad física: materiales de difusión, estrategias, campañas.*

Hasta ahora, las campañas de promoción de la actividad física no han alcanzado sus objetivos entre los colectivos más alejados de la práctica físico deportiva entre los que se encuentran estas mujeres de edades maduras (45-55 años). Alejadas de la idea de deporte y actividad física en un gimnasio, incluso alejadas de una actividad de marcha moderada, o de representarse a sí mismas en ropa deportiva, no se sienten inter-

peladas por los mensajes de las campañas que las empujan a practicar deporte y ser activas. O les resulta inalcanzable o no piensan que va dirigido a ellas.

Habría que encontrar enfoques diferentes, menos imperativos y más cercanos a estas realidades, reformulando la actividad física hacia acciones o ejercicios que ellas practican en su vida cotidiana (subir escaleras, desplazarse a pie a actividades cotidianas, paseos, trabajos domésticos de más carga física), o que podrían practicar sin sentirse extrañas. Los mensajes de estas campañas deberían transmitirse a través de educación por pares o por personas de confianza del entorno (trabajadores y trabajadoras sociales, médicos, que ya juegan este papel, pero que lo podrían ampliar más allá de los pacientes), sin exigencias desmedidas y mostrando las ventajas que se alcanzarían simplemente intensificando sus actividades cotidianas. Presentar como ejemplo a seguir deportistas consagrados o cuerpos delgados es ahondar en su alejamiento. Las figuras que han de presentarse son personas como ellas, que siguen los consejos, que andan por la ciudad o que montan en bicicleta. Este podría ser el primer paso para aumentar la actividad física. Sin culpabilizar, sin hacer pensar que no están en su derecho.

Existen ya ejemplos de este giro en la promoción de una actividad física incluyente para mujeres alejadas de la práctica deportiva. Van desde grandes campañas nacionales (en nuestro informe hemos detallado la campaña inglesa *This Girl Can*, (p. 142)), hasta estrategias o materiales de difusión más sencillos, que pueden emprenderse implicando a quienes tienen responsabilidad en las políticas deportivas, de igualdad y de salud. Más allá de los resultados positivos de estas experiencias en términos del crecimiento de la práctica deportiva, hay que valorar lo que suponen en cuanto al acceso a un nuevo derecho al deporte saludable para estas mujeres.



3.2.- Creación de proyectos de intervención socio-deportiva y convocatoria de ayudas a proyectos sobre actividad física y deporte para las mujeres alejadas de la práctica deportiva.

Así como las campañas de promoción del deporte no están pensadas para estas mujeres, tampoco la oferta deportiva convencional resulta asumible para ellas. Esto impone diseñar programas de intervención, por lo general de carácter experimental que puedan favorecer su implicación. Se detallan a continuación algunos ejemplos de este tipo de intervenciones, que podrían servir de orientación para su diseño, aunque las características de cada lugar y tipos de problemas recomendarían diseños particularizados.

En Berlín, educadores/as deportivos/as organizan cursos en zonas de juegos para acercar a la actividad física a mujeres de origen inmigrante. En barrios franceses, se han programado actividades gratuitas y abiertas guiadas por monitores en el parque, que alcanzan un buen número de asistentes. En Canadá y también en Francia algunos ayuntamientos han promovido medidas como las *"marches exploratoires"*, que conjugan la actividad física y la participación de las mujeres en el diagnóstico de los problemas del barrio, mediante el paseo a pie de grupos de mujeres del barrio que señalan los problemas y los puntos de mejora de la zona. En muchas ocasiones, esta medida ha servido para certificar los usos masculinizados de los equipamientos deportivos, la falta de seguridad que limita los movimientos de las mujeres o la práctica deportiva y *running* de las mujeres más jóvenes. Las *"marches exploratoires"* cuentan con experiencia, guías metodológicas que facilitan su realización y combinan política urbana y política de igualdad y fomentan entre las mujeres la actividad física compartida en grupo. Los ejemplos podrían ampliarse con iniciativas que han promociona-





do la actividad física practicada conjuntamente, por madres e hijas, en instalaciones municipales o en proyectos del mundo asociativo. Algunas iniciativas han promovido otros tipos de ejercicio físico como los huertos de mujeres, que son abundantes en ciudades africanas o de América del Sur, también existen ejemplos en Valencia. La lista podría extenderse con multitud de pequeñas iniciativas, cuyo principal problema es la falta de continuidad, los escasos recursos. Por ello, para primar este tipo de iniciativas, se debería favorecer una convocatoria de ayuda a las asociaciones que emprendiesen proyectos sobre actividad física y deporte para las mujeres alejadas de la práctica deportiva.

Las características comunes de todas estas experiencias son, en primer lugar, la implicación y coordinación de las administraciones públicas deportivas y del tejido asociativo del territorio, lo que comporta la necesidad de trabajar en red para evitar los compartimentos estancos que normalmente funcionan entre diferentes estructuras sociales y deportivas -clubs, federaciones-. En segundo lugar, la versatilidad de los proyectos, que relacionan actividad física con otros objetivos (participación ciudadana, políticas urbanas, atención a los inmigrantes, políticas de salud, servicios sociales). En tercer lugar, la variedad de las actividades planteadas, en las que el deporte es solo una de las formas en que se puede lograr aumentar la actividad física. Cualquier actividad deportiva dirigida a estas mujeres debe esmerarse por elegir un lugar idóneo, un tipo de práctica adaptada, unos objetivos factibles, unos horarios adecuados a las necesidades de las mujeres; unas fases y secuencias que permitan fidelizar a estas mujeres y evitar su abandono. El personal encargado, prevalentemente femenino, ha de tener una capacidad destacada para motivar y crear afinidad de las mujeres con la actividad física, juegos o deportes seleccionados. Aunque la gratuidad es la opción más frecuente, la participación funciona mejor y se logra una mayor implicación de las mujeres cuando tras la actividad planificada se encuentra un objetivo -mejora de la vida local, participación, cuidado del medio ambiente, integración social- o cuando se impone una lógica donde las mujeres reciben (cursos de actividad física) y dan (participación en el diagnóstico del barrio, colaboración con la asociación, implicación en conseguir mejoras físicas, compañía mutua).

Ficha 15

***TouteSport!* El deporte de las mujeres, una prioridad en los barrios de acción prioritaria en Francia (QPV)**



El proyecto *TouteSport!* trata de aumentar la autonomía y la confianza en sí mismas de las mujeres a través del deporte. Es un proyecto que lleva a cabo la Federación Nacional de Centres d'Information sur les Droits des Femmes et des Familles (FNCIDFF) en colaboración con el Secrétariat d'État chargé de l'Égalité entre les Femmes et les Hommes, Ministère de la Justice. El FNCIDFF es una fundación creada por iniciativa estatal en 1972 y hoy cuenta con 114 centros locales en toda Francia.

El proyecto *TouteSport!* se desarrolla en los barrios calificados de acción prioritaria (QPV) por parte del gobierno. El proyecto concibe el deporte como una herramienta en manos de las mujeres que permite un mejor conocimiento del cuerpo, resistir a la desvalorización y no culpabilizarse

por tomar un tiempo libre deportivo para ellas. El proyecto ha reunido a 70 mujeres en 7 barrios QVP y zonas rurales donde la práctica deportiva de las mujeres es muy baja.

La primera edición del proyecto se llevó a cabo entre 2016-2018. La segunda edición, comenzada en 2018, se extenderá hasta 2020 y ha implicado a seis nuevas ciudades. La primera edición se cerró con una exposición fotográfica que ilustraba los logros de las mujeres. En la segunda, la FNCIDFF ha incluido a una periodista-documentalista para realizar un documental que seguirá el recorrido de estas mujeres.

El proyecto se inicia con la sensibilización a las mujeres sobre el interés de la práctica deportiva. Posteriormente, se realiza un diagnóstico, por parte de las propias mujeres, sobre los frenos a dicha práctica y, finalmente, se acompaña a las mujeres a la realización de una práctica deportiva que impulse los objetivos mencionados anteriormente -cuidado del cuerpo, red de contactos, tiempo libre propio-. El proyecto apuesta también por un impulso a la inserción profesional de estas mujeres y al desarrollo local, con la organización de actos deportivos en los que puedan colaborar las mujeres.

Fuente: <http://www.infofemmes.com/v2/p/Nous-connaeitre/Le-CNIDFF/Partenariats-nationaux/TouteSport/3173>

Resumen de recomendaciones y medidas

“Mujer y Deporte en la Comunitat Valenciana: género, desigualdades deportivas y buenas prácticas para la igualdad”



1 RECOMENDACIÓN TRANSVERSAL

Avanzar en la aplicación de las propuestas de actuación elaboradas por las grandes organizaciones internacionales: Unión Europea y Consejo de Europa

- 1.- Unión Europea: Gender equality in sport. Proposal for strategic actions 2014–2020
- 2.- Consejo de Europa: Recomendación CM/Rec (2015)2



2 RECOMENDACIÓN TRANSVERSAL

Sistematizar la investigación sobre deporte, mujer e igualdad de género

- 1 - *Homogeneizar y asegurar la continuidad de la Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD) estatal y coordinar las encuestas similares realizadas en otros niveles territoriales.*
- 2 - *Favorecer las metodologías cualitativas para captar problemas emergentes y dimensiones profundas de la práctica deportiva.*
- 3 - *Favorecer en los barrios los programas de desarrollo comunitario y la innovación social basada en el deporte.*
- 4 - *Investigar sobre diseño de equipamientos deportivos con enfoque de género.*
- 5 - *Establecer convenios con las universidades para orientar trabajos de fin de grado y de fin de máster hacia la relación entre mujer y deporte.*
- 6 - *Orientar las prácticas curriculares de grados y másters en actividad física y deporte a satisfacer necesidades sociodeportivas prioritarias con modalidades como la de aprendizaje servicio.*
- 7 - *Recoger datos con precisión que permitan gestionar los fondos públicos destinados a federaciones y clubs a través de presupuestos de género.*



1 RECOMENDACIÓN ESPECÍFICA

Abordar la fractura deportiva en la adolescencia

- 1.1.- Refuerzo en contenidos formativos sobre igualdad en el deporte y creación de figuras educativas y profesionales de experto en igualdad de género en el deporte.*
- 1.2.- Profundizar en una educación física crítica en la escuela.*
- 1.3.- Campaña dirigida a padres y madres para informar y sensibilizar sobre su importante función en la promoción del deporte de sus hijas.*
- 1.4.- Frenar el abandono de las jóvenes en los primeros pasos del deporte federado.*



2 RECOMENDACIÓN ESPECÍFICA

Intervenir en la fractura del deporte en la transición a la vida adulta de las mujeres

- 1.- Fomentar la responsabilidad social deportiva de la empresa*
 - 1.1.- Creación por parte de grandes empresas (más de 250 trabajadores/as) de gimnasios en el centro de trabajo o bien ofrecer apoyo financiero a las trabajadoras para inscribirse en gimnasios cercanos.*
 - 1.2.- Empezar un estudio sobre las posibilidades de vincular estrategias de actividad física y deporte en el ámbito empresarial.*
- 2.- Fusionar tiempos de cuidados y tiempos deportivos*
 - 2.1.- Creación de actividades deportivas ligadas al momento de llevar los niños y niñas al colegio.*
 - 2.2.- Creación de actividades deportivas en los parques y equipamientos deportivos anexos.*
 - 2.3.- Organización de actividades deportivas en familia en fin de semana.*



3 RECOMENDACIÓN ESPECÍFICA

Actuar ante la fractura del deporte de mujeres maduras (45-55 años) alejadas de la práctica deportiva

- 3.1.- Redefinir la promoción de la actividad física: materiales de difusión, estrategias, campañas.*
- 3.2.- Creación de proyectos de intervención socio-deportiva y convocatoria de ayudas a proyectos sobre actividad física y deporte para las mujeres alejadas de la práctica deportiva.*

Ficha 16

Palestina: Los otros muros del fútbol femenino

©Johanna de Tessières/Collectif HUMA



La práctica deportiva de las mujeres en el mundo árabe ocupa un capítulo aparte en el campo de las desigualdades y discriminaciones deportivas. Tradicionalmente, cuando alcanzan los 13 años no está bien visto que las chicas jueguen en la calle. Si quieren hacer deporte, han de encontrar lugares lejos de la vista de los hombres. Una parte muy considerable de la comunidad no ve con buenos ojos la práctica deportiva. A partir de esa edad, se levantan muros que hacen muy difícil el deporte de las mujeres. Sin embargo, poco a poco, los tiempos están cambiando y la lenta apertura conjugada con el impulso individual de algunas mujeres muy apasionadas y convencidas de las ventajas del fútbol comienza a ver su expansión. En Ramala, articulados en torno al deporte escolar, diez equipos de chicas adolescentes practican el fútbol y han creado una liga. Algunos de estos equipos son dirigidos por mujeres que,

desde su lugar como entrenadoras, están abriendo fisuras en las restricciones comunitarias y religiosas.

En Cisjordania y en la franja de Gaza, la ocupación de Israel genera una tensión y una violencia continua. Para estas responsables deportivas de los clubs, el fútbol es una válvula que aligera la presión, “es una escapatoria”, “da un sentimiento de libertad y de control sobre la propia vida” y “permite sentir normalidad”. Mantienen el discurso acerca de los valores integradores y educativos del deporte: el fútbol enriquece la personalidad de las niñas, les da autonomía, respeto hacia el otro y les capacita para resistir la opresión.

A comienzos de 2019, un club deportivo de la franja de Gaza -el Champions Club de Gaza City- ha decidido, como iniciativa de las familias de las niñas, crear un equipo femenino, que ya entrena dos veces por semana en espacios acondicionados para el fútbol femenino. Cuenta con 15 jugadoras entre 8 y 18 años. Las dificultades son múltiples: las autoridades públicas no conceden ninguna subvención, la actividad es, por tanto, costeadada solo por los padres con lo que se dificulta el acceso de quienes cuentan con pocos medios económicos. Algunas buenas jugadoras son invitadas a participar aun no pudiendo pagar. La organización de partidos es muy complicada por las dificultades de movilidad en la franja, pero todas sueñan con poder representar algún día a Palestina en un campeonato internacional.

Fuente: Valentine Van Vybe (2019) Faire exploser les talents, les barrières et la colère. *La Libre Belgique*





Conclusiones

La Encuesta de Hábitos Deportivos (EHD-2015), realizada en 2015, muestra que el 48,7% de las mujeres valencianas practicaron deporte ese año. Ese porcentaje revela que más de la mitad de la población femenina (51,3%) no incluye el deporte en sus hábitos de vida. La práctica deportiva de los varones es, en la misma encuesta, del 60,9% y un 39% de no practicantes. Estos datos constatan dos realidades. En primer lugar, una considerable brecha deportiva de 12 puntos porcentuales (ya reiterada en anteriores ediciones de la EHD) y, en segundo lugar, el elevado volumen del grupo de mujeres no practicantes. Estas dos realidades no son inamovibles. Para intervenir sobre ellas, este informe ha tratado de profundizar y de aportar información e ideas.

En cuanto a la primera de las realidades -la brecha deportiva con los varones-, como hemos visto a lo largo del informe, hay que insistir en que tiene orígenes complejos, arraigados en los estereotipos masculinos que crean discriminaciones aún muy profundas. Cuando se pronuncia la palabra deportista, a la mayoría le viene la imagen de un varón. El machismo en el deporte continúa mostrando una fuerza indiscutible y una versatilidad que va desde las expresiones más hostiles y atávicas -hoy un poco menos presentes- hasta las más solapadas y subrepticias. Estas últimas se adaptan a los tiempos actuales afirmando que mujeres y hombres ya son iguales; o que las mujeres ofrecen un producto menos atractivo, con menos demanda; o que no les interesa el deporte; o simplemente, se practica una ceguera de género que ignora a las mujeres deportistas. Desde los inicios del deporte, el ser humano por defecto es el hombre y a tenor de su presencia mayoritaria en el gobierno de las federaciones, en su omnipresencia en las noticias deportivas o en la lista de los deportistas mejor pagados las cosas no parecen haber cambiado a mucha velocidad. En la lista de la revista Forbes de los 100 deportistas con mayores ingresos

“ Los datos consultados constatan dos realidades. En primer lugar, una considerable brecha deportiva de 12 puntos porcentuales (ya reiterada en anteriores ediciones de la EHD) y, en segundo lugar, el elevado volumen del grupo de mujeres no practicantes. ”



“ Visibilizar la desigualdad es un buen punto de partida, pero que dichas desigualdades están arraigadas en el sistema social. Para afrontarlas es necesario plantear transformaciones de calado que vayan más allá de las declaraciones de principios. Estas transformaciones han de movilizar a los actores que están involucrados en crear condiciones favorables para la práctica deportiva: las federaciones, los clubes, las empresas. Su actuación repercute sobre los equilibrios de género, la igualdad y la paridad. ”

en 2019, solo había una mujer, en el puesto 64. No parece que estos datos permitan mantener que mujeres y hombres son ya iguales en el deporte.

Todas estas discriminaciones adoptan muy diferentes perfiles dependiendo de la modalidad deportiva, de si se practica o no en el marco de las federaciones, de la edad de las participantes, de su condición social y laboral, entre otras muchas razones que hemos explorado en este informe.

No cabe duda de que, para aminorar las brechas deportivas, las mujeres han tenido un empuje decidido en estas tres últimas décadas. Las instituciones van asumiendo la idea de igualdad de género en el deporte y este debate ha visibilizado las desigualdades que viven las mujeres en este terreno. En el informe, hemos subrayado que visibilizar la desigualdad es un buen punto de partida, pero que dichas desigualdades están arraigadas en el sistema social. Para afrontarlas es necesario plantear transformaciones de calado que vayan más allá de las declaraciones de principios. Estas transformaciones han de movilizar a los actores que están involucrados en crear condiciones favorables para la práctica deportiva: las federaciones, los clubes, las empresas. Su actuación repercute sobre los equilibrios de género, la igualdad y la paridad. Estos valores suponen hoy uno de los principales ámbitos de cambio social en el deporte. Muchas mujeres se incorporarían a la práctica deportiva si las condiciones fuesen más favorables. Para esta incorporación, la implicación de los actores mencionados y de las administraciones públicas es fundamental.

En cuanto a la segunda realidad señalada arriba, -la posibilidad de reducir el volumen de mujeres que no practican deporte-, es necesario ampliar la diversidad del deporte y de la actividad física. Requiere movilizar recursos para que muy diferentes tipos de mujeres puedan acceder a una actividad deportiva. La igualdad en el deporte no significa, únicamente, que las mujeres deportistas profesionales tengan derechos

comparables a los de los varones. Significa, además, llegar a las mujeres que ahora están alejadas de la práctica deportiva o en riesgo de abandonarla por la inexistencia de políticas que la faciliten. La EHD muestra que solo el 6% de las mujeres valencianas que practican deporte están federadas. El resto hace deporte no federado, sea en gimnasios, en la calle, en las escuelas, en la universidad o en instalaciones deportivas municipales. La igualdad de género en el deporte debe incluir a todas las mujeres. Es un hecho indudable que el deporte para ellas cumple funciones cada vez más complejas, que no solo se ligan a la competición, sino a la actividad física en el cuidado de la salud, en el ocio, en la socialización de las jóvenes y en la sociabilidad de las adultas, en la organización del tiempo cotidiano, etc.

Este informe se ha basado en la idea de un deporte plural, diverso, que conjugue los múltiples significados que hoy le dan las mujeres que lo practican: la competición, la recreación, la salud, la sociabilidad, la identidad de grupo. Solo un deporte concebido a través de esta multiplicidad puede revitalizar la práctica deportiva hoy en crisis. Los datos que hemos manejado en el Apartado 3, tanto del *Eurobarometer Sport and Physical Activity*, como de la Encuesta Nacional de Salud (ENSE) muestran una reducción de la práctica deportiva y de la actividad física que afecta, sobre todo, a las mujeres. Son datos sorprendentes y muy contraintuitivos, ya que cabría suponer que en esta década ha crecido la presencia de la mujer deportista a la par que las reivindicaciones de igualdad. Sin embargo, la estadística parece devolvernos a una realidad en la cual, a los avances observados, han acompañado también situaciones de parálisis y, lo que es peor, pueden darse retrocesos.

Tal como señalan algunos estudios recientes (Weed, 2016), cualquier aumento posible de la actividad física no vendrá de la mano del deporte competitivo, sino de una mayor variedad de actividades físicas, que amplíe las posibilidades de elección de grupos de población diversos. El deporte competitivo no es la mejor estrategia para aumentar los niveles de actividad física de la población. Los objetivos de salud pública necesitan estrategias más

“ Tal como señalan algunos estudios recientes (Weed, 2016), cualquier aumento posible de la actividad física no vendrá de la mano del deporte competitivo, sino de una mayor variedad de actividades físicas, que amplíe las posibilidades de elección de grupos de población diversos. ”



variadas para fomentar estilos de vida activos y acoger a nuevos grupos que no se ven atraídos por un deporte que, actualmente, sigue siendo un espacio fuerte de afirmación masculina. Un espacio que satisface a los varones, pero que necesita una profunda transformación si quiere atraer a más mujeres.

Una última reflexión dirigida a la financiación de las recomendaciones recogidas en este informe. En realidad una reflexión orientada a la financiación de cualquier política deportiva, que hoy pasa por un reequilibrio profundo de las desigualdades económicas en el deporte. El sector del fútbol mueve sumas escandalosas mientras que el resto de deportes vive en la escasez estructural. Los datos del informe *Impacto económico, fiscal y social del fútbol profesional en España* desvelan que en la temporada 2016-2017 este generó una actividad económica de 15.688 millones de euros, lo que representa un 1,37 del PIB en España. Una cifra muy considerable que se reparte muy desigualmente. De esta enorme cantidad, tan solo 1,7 millones de euros se dirigen a proyectos de responsabilidad empresarial, que pueden tener algún reflejo en el deporte más social. Hacienda recoge 4.089 millones de euros procedentes del IVA, IRPF y cotizaciones de seguridad social, pero esto no garantiza que estas sumas se dirijan al deporte, que es una actividad infrafinanciada por parte del Estado. El Consejo Superior de Deportes ha tenido en 2019 un presupuesto de 204 millones de euros, de los cuales 96 se han dirigido a las federaciones. Las actividades del CSD dedicadas a mujer y deporte suman 2 millones de euros. Claramente estas cantidades son insuficientes para abordar políticas de igualdad de género en el deporte y, en general, cualquier tipo de política de igualdad en el deporte. La desigualdad impera. Las federaciones y los clubs de la mayoría de deportes cuentan con presupuestos exiguos, que hacen recaer una parte importante de su funcionamiento en las cuotas de las familias en los miles de pequeños clubs que se mantienen gracias a este concepto. Que las familias no encuentren apoyos económicos también influye, por supuesto, en el abandono del deporte por parte de las y los jóvenes deportistas.

“**Apuestas deportivas, retransmisiones televisivas, grandes fichajes, se nutren de una cultura deportiva difundida en nuestra sociedad. Ganan dinero gracias a esta cultura promovida por el Estado y otras instituciones públicas, que invierten y mantienen una infraestructura deportiva y una oferta de actividades que difunde la práctica del deporte y su interés entre la ciudadanía [...]**”



La concentración de la riqueza en el fútbol sería escandalosa en otros ámbitos de la vida social. En la temporada 2017-2018, los 20 clubes con mayores niveles de ingresos facturaron 8300 millones de euros, mientras tanto, en estimaciones de AFE (Asociación de Futbolistas Españoles) un 49% de las mujeres futbolistas de elite no cobraban en 2018 un sueldo y para otro 31% no alcanzaba los 500 euros, cifras que están por debajo del salario mínimo interprofesional.

Las apuestas deportivas son la más reciente fuente de riqueza para el mundo del deporte de la cual sacan partido principalmente una pequeña lista de poderosas empresas transnacionales y fondos de inversión. En 2018, el Anuario del Juego en España 2018 indica que estas apuestas recaudaron 7538 millones de euros, de los cuales 752 millones fueron a los operadores legales en términos de impuestos, el resto son cantidades jugadas con un alto margen de beneficio para dichas empresas. Nuevamente, encontramos la palabra deporte asociada a actividades que realmente no son deporte, sino que utilizan el significante deporte para atraer dinero.

Apuestas deportivas, retransmisiones televisivas, grandes fichajes, se nutren de una cultura deportiva difundida en nuestra sociedad. Ganan dinero gracias a esta cultura promovida por el Estado y otras instituciones públicas, que invierten y mantienen una infraestructura deportiva y una oferta de actividades que difunde la práctica del deporte y su interés entre la ciudadanía. Este interés lleva a una cantidad importante de personas, incluso no practicantes de deportes, a sentirse atraída por los espectáculos deportivos o por las apuestas en torno al deporte. Este es una creación social, que cobra forma en una cultura deportiva de la población.

Las apuestas y el fútbol de elite recogen enormes beneficios gracias a ella, pero no los devuelven a la sociedad en los mismos términos. Los beneficios quedan en el circuito de los fondos de inversión, las empresas transnacionales o los financieros acaudalados.

Una política deportiva pública debería conseguir que una parte proporcional de estos beneficios se dirigiese al deporte de base, al deporte para todos y todas y a la igualdad de género.

“ [...] Una política deportiva pública debería conseguir que una parte proporcional de estos beneficios se dirigiese al deporte de base, al deporte para todos y todas y a la igualdad de género. ”









Bibliografía

- Active Healthy Kids (2016) Informe 2016: Actividad Física en niños y adolescentes en España <https://www.active-healthykids.org/wp-content/uploads/2016/11/spain-report-card-long-form-2016.pdf>
- Adriaanse, Johanna; Schofield, Toni (2013) The Impact of Gender Quotas on Gender Equality in Sport Governance. *Journal of Sport Management*, Volume 28: Issue 5, 485-497 <https://doi.org/10.1123/jsm.2013-0108>
- Alfaro, Élide. (2008) Mujer joven y deporte, *Revista de Estudios de Juventud* nº 83, pp. 119-141
- Alfaro, Élide; Bengoechea, Mercedes; Vázquez, Benilde (2010). *Hablamos de deporte: en femenino y en masculino*. Madrid: Instituto de la Mujer
- Alfaro, Élide; Mayoral, Ángel; Vázquez, Benilde (2018) *Factores que condicionan el acceso de las mujeres a los puestos de responsabilidad en el deporte*, Madrid: CSD <https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2019-04/Factores%20%28NIPO%29.pdf>
- Andrews, David (2019) *Making Sport Great Again. The Uber-Sport Assemblage, Neoliberalism, and the TrumpConjuncture*. London: Palgrave Pivot.
- Aymerich, P. (2016) *Nuestro Hockey. Recuerdos del Club de Campo y del Hockey Español*. Amazon Distribution.
- Balibrea, Kety; Santos, Antonio (2010) "Mujeres inmigrantes magrebíes y deporte para la integración", en Actas del IX Congreso AEISAD ¿Cómo hacer del deporte herramienta para el desarrollo?, Col. *Investigación social y deporte* nº 10. Consulta 12-9-2012: <http://www.aeisad.org/index.php?page=page/congresonline.php&idmenu=19>
- Barbusse, Béatrice (2002) Sport et entreprise : des logiques convergentes? *L'Année Sociologique* 2002/2 (Vol. 52), p. 391-415.
- Besley, Timothy; Olle, Folke; Torsten, Persson; Rickne, Johanna (2017) "Gender Quotas and the Crisis of the Mediocre Man: Theory and Evidence from Sweden." *American Economic Review*, 107 (8): 2204-42.
- Bourdieu, Pierre (2000) *La dominación masculina*. Barcelona: Anagrama.
- Buñuel, Ana (2004) La construcción del cuerpo de la mujer en el deporte, *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, nº 68, pp. 97-118.



- Calvo-Ortega, Elena; Perrino-Peña, María (2017) Hábitos físico-deportivos en adolescentes de Castilla y León. *Movimento* V. 23, n. 4., p. 1341-1352
- Camacho Miñano, M^a José, Fernández; García, Emilia; Rodríguez Galiano, M^a Isabel (2006) Imagen corporal y práctica de actividad física en las chicas adolescentes: incidencia de la modalidad deportiva. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, vol. II, n^o 3
- Camacho-Miñano, M^a José; Gómez-López, Maite; Alfaro, Élida (2019) Igualdad de género en el deporte universitario: situación actual y actuaciones para el cambio. En Marugán, Begoña *El deporte femenino, ese gran desconocido*. https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/28397/actividad_marin_2019.pdf?sequence=1
- Canada's dairy farmers & Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity (CAAWS) (2016) *Women in Sport: Fuelling a Lifetime of Participation*. https://womenandsport.ca/wp-content/uploads/2020/03/Fuelling-a-Lifetime-of-Participation-Report_Canadian-Women-Sport.pdf
- Caudwell, Jayne (2017) Everyday sexism. Exploring the scales of misogyny in sport. En Kilvington, Daniel y Price, John *Sport and Discrimination* New York : Routledge,
- Cederström, Carl; Spicer, André (2015) *The Wellness Syndrome*. Cambridge: Polity Press.
- Chollet, Mona (2012) *Beauté fatale*, Paris: Zones/La Découverte.
- Cole, C. L. (2000) 'Body Studies in Sociology of Sport', en J. Coakley and E. Dunning (eds) *Handbook of Sports Studies*, Thousand Oaks, CA: Sage.
- Comisión Europea (2017) Physical Activity at the Workplace: Literature review and best practice case studies encargado por la Unión Europea (2017) <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/9fc-2b8a0-e537-11e7-9749-01aa75ed71a1/language-en/format-PDF/source-56006094>
- Consejo Audiovisual de Andalucía (CAA) (2011) *Informe sobre la distribución por sexo de los tiempos de palabra en los informativos de las televisiones públicas andaluzas*. Sevilla: Consejo Audiovisual de Andalucía.
- Consejo Superior de Deportes (2015). *Encuesta de hábitos deportivos en España 2015*. Madrid: Ministerio de Educación, Cultura y Deporte.
- Consejo Superior de Deportes (CSD) (2015) *Situación de la mujer en el panorama deportivo español e internacional*. Subdirección General de Mujer y Deporte <https://sede.educacion.gob.es/publiventa/d/21466/19/0>



- Consejo Superior de Deportes 2011. *Los hábitos deportivos de la población escolar en España*, Consejo Superior de Deportes (Subdirección General de Promoción Deportiva y Deporte Paralímpico). Madrid: Fundación Alimentum y Fundación Deporte Joven.
- Corbí Santamaría Miguel; Palmero-Cámara, Carmen; Jiménez-Palmero, Alfredo (2018). Diferencias en los motivos hacia la actividad física de los universitarios según nivel de actividad y su relación con la satisfacción del servicio deportivo universitario. *Retos*, n° 35, 191-195.
- Costa, Flavia (2008) "El dispositivo *fitness* en la modernidad biológica. Democracia estética, *just-in-time*, crímenes de fealdad y contagio" [en línea] *Jornadas de Cuerpo y Cultura de la UNLP*, 15-17 mayo 2008, La Plata. Disponible en: http://www.fuentesmemoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.647/ev.647.pdf (consultado: 16-12-2019).
- Criado Pérez, Caroline (2020) *La mujer invisible*. Barcelona: Seix Barral.
- Davies, William (2016). *La industria de la felicidad*. Barcelona: Editorial Malpaso.
- Depper, A, Fullagar, S; Francombe-Webb, J (2018). This Girl Can?: The limitations of digital do-it-yourself empowerment in women's active embodiment campaigns. In Parry, D, Johnson, C & Fullagar, S (eds). *Digital dilemmas: Transforming gender identities and power relations in everyday life*, Palgrave: Houndsmills. (pp.183-204)
- Díez, Carmen. 2003. "Deporte, socialización y género" en Medina, Xavier. y Sánchez, Ricardo (eds.) *Culturas en juego*, Barcelona, Icaria, pp. 159-179.
- Diputación Foral de Guipuzcoa (2002) *Estudio de las causas del abandono en la práctica deportiva de las jóvenes de 12 a 18 años y propuestas de intervención*. <https://kirolak.gipuzkoa.eus/es/plantillas/pdf/docuintde.pdf>
- Elias, Ana Sofia; Gill, Rosalind (2018). Beauty surveillance: The digital self-monitoring cultures of neoliberalism. *European Journal of Cultural Studies*, 21(1), 59–77. <https://doi.org/10.1177/1367549417705604>
- Elias, Ana Sofia; Gill, Rosalind; Scharff, Christina (ed.) (2017) *Aesthetic Labour. Rethinking Beauty Politics in Neoliberalism*. Palgrave Macmillan UK.
- Elias, Norbert; Dunning, Eric, (1992) *Deporte y ocio en el proceso de civilización*, México: Fondo de Cultura Económica.



- Escámez Baños José Carlos; Gálvez Casas Arantxa; Gómez Escribano Laura; Escribá Fernández-Marcote, Antonio; Tárraga López, Pedro; Tárraga Marcos Loreto (2018) Influencia de la actividad física y la capacidad aeróbica sobre el rendimiento académico en la adolescencia: una revisión bibliográfica. *JONNPR*. 2018;3(1):49-64.
- Forsdike, K.; Marjoribanks, T.; Sawyer, A.-M (2019) Hockey becomes like a family in itself': Re-examining social capital through women's experiences of a sport club undergoing quasi-professionalisation *International Review for the Sociology of Sport*, 54 (4), pp. 479-494.
- Fuchs, Mathias; Fizek, Sonia; Ruffino, Paolo; Schrape, Niklas (ed.) (2014) *Rethinking Gamification*. Lüneburg: Meson Press.
- Fuentes, Jorge; Pereira, Sofía; López, Elena; Pérez, Víctor; Devís, José. (2018) Más allá del binario sexo/género una propuesta pedagógica trans-queer en Educación Física, en Lorente, Eloisa y Martos, D. (comp.) *Educación Física y pedagogía crítica: propuestas para la transformación personal y social*. págs. 167-192. Valencia: Publicacions de la Universitat de València
- Fundación España Activa (2019) *Guía de Buenas Prácticas para la promoción de actividad física en la mujer joven y adolescente*. <http://espanaactiva.es/wp-content/uploads/2019/09/Gu%C3%ADa-de-buenas-pr%C3%A1cticas-para-la-promoci%C3%B3n-de-AF-en-la-mujer-joven-y-adolescente.pdf>
- Fundación Mapfre (2019) *Mujer joven y actividad física*. http://espanaactiva.es/wp-content/uploads/2019/05/FUNDACION-MAPFRE-Mujer-joven-y-actividad-fi%CC%81sica_Informe.pdf
- García Ferrando, Manuel; Llopis, Ramón. (2011) *Ideal democrático y bienestar personal. Encuesta sobre los hábitos deportivos en España 2010*. Madrid: Consejo Superior de Deportes y Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Gill, Rosalind (2008), "Culture and subjectivity in neoliberal and post feminist times" *Subjectivity*, n°25, p.432-445.
- Granda Vera, Juan., Alemany Arrebola, Inmaculada, y Aguilar García, Nahum (2018). Gènere i relació amb la pràctica de l'activitat física i l'esport. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 132, 123-141.
- Green, Ken; Thurston, Miranda; Vaage, Odd; Moen, Kjersti (2015) Girls, young women and sport in Norway: a case of sporting convergence amid favourable socio-economic circumstances, *International Journal of Sport Policy and Politics*, 7:4, 531-550,



- Honta, Marina; Basson, Jean; Jakšić, Milena; Le Noé, Olivier (2018). Les gouvernements du corps. Administration différenciée des conduites corporelles et territorialisation de l'action publique de santé. *Terrains & Travaux*, 32, pp. 5-29.
- Instituto de la Mujer. (2006) *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres en España (1990-2005)*. Madrid: Servicio de publicaciones del Instituto de la Mujer.
- Le Breton, David (2007). *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- Lee, Jessica (2015). Sport, physical activity and health. En Giulianotti, R. (ed.) *Routledge Handbook of the Sociology of Sport*, (p. 283-293) Oxon-NY: Routledge.
- Loehr, Jim; Schwartz, Tony (2001) The Making of a Corporate Athlete, *Harvard Business Review*, Vol. 79, nº 1.
- López-Villar, Cristina (2014) The Beginnings of Hockey in 1930s Galicia (Spain): A Female Phenomenon, *The International Journal of the History of Sport*, 31:9, 1133-1157, DOI: 10.1080/09523367.2014.882911
- Mansfield, Louise; Piggin, Joe (2016) Sport, physical activity and public health, *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8:4, 533-537, DOI: 10.1080/19406940.2016.1254666
- Marín García, Sergio; Martínez Ferreiro, Javier; Núñez Fernández, Carlos (2019) Actividad física, salud y mujer. - Sergio Marín García, Javier y Carlos. En Marugán, B. *El deporte femenino, ese gran desconocido*. https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/28397/actividad_marin_2019.pdf?sequence=1
- Markula, Pirkko (2015) Sport and the body. En Giulianotti, R.(ed.) *Routledge Handbook of the Sociology of Sport*, (p. 272-282) Oxon-NY: Routledge
- Martínez, Alejandro; Chillón, Palma; Martín-Matillas, Miguel; Pérez, Isaac; Castillo, Ruth; Zapatera, Belén; Vicente-Rodríguez, Germán; Casajús, José.; Álvarez-Granda, Lino; Romero, Cipriano; Tercedor, Pablo; Delgado-Fernández, Manuel (2012). Motivos de práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: estudio AVENA, *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*. Vol.16, Nº 1 <http://www.ugr.es/local/recfpro/rev161COL11.pdf>
- Martos, Pilar (2018) Aproximación a la perspectiva de género en el deporte desde la mirada de la sociología: el caso de España, en *De la igualdad de género a la igualdad sexual y de género: Reflexiones educativas y sociales* / Venegas, M., Chacón, P. y Fernández, A. (dir.), Madrid: Dykinson, págs. 61-79



- Marugán, Begoña (2019) *El deporte femenino, ese gran desconocido*. Instituto de Estudios de Género, Universidad Carlos III de Madrid. https://e-archivo.uc3m.es/bitstream/handle/10016/28397/actividad_marin_2019.pdf?sequence=1
- Meißner, Stefan (2016) Effects of Quantified Self Beyond Self-Optimization, en Selke, Stefan (Ed.) *Lifelogging. Digital self-tracking and Lifelogging between disruptive Technology and cultural transformation*. Wiesbaden: Springer VS.
- Messner, Michael. (2007) *Out of Play: Critical Essays on Gender and Sport*. Albany: Suny Press.
- Moore Allison, Reynolds, Paul (2018) The Sexualisation of Childhood. In: Childhood and Sexuality. *Studies in Childhood and Youth*. Palgrave Macmillan, London
- Moscoso, David; Moyano, Eduardo (coord.) (2009). *Deporte, salud y calidad de vida*. Barcelona: Fundación La Caixa. Col. Estudios Sociales.
- Mosquera, M^a José.; Puig, Nuria (2002) Género y edad en el deporte. En García Ferrando, Manuel; Puig, Nuria y Lagardera, Francisco (Comps.) *Sociología del Deporte* (pp.114-141). Madrid: Alianza Editorial.
- Ollier, Fabien (2017) *Idéologies nouvelles du corps*. Alboussière: QS? Éditions
- Orbach, Susie. (2010) *La tiranía del culto al cuerpo*, Barcelona: Paidós.
- Pfister, Gertrud (2013) Developments and Current Issues in Gender and Sport from a European Perspective, en Emily A. Roper (ed) *Gender Relations in Sport*. Rotterdam: Sense Publishers,
- Piedra, Joaquín; García-Pérez, Rafael; Latorre, Águeda; Quiñones, Carlos (2013) Género y educación física. Análisis de buenas prácticas coeducativas. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, vol.17, nº 1, pp. 221-241
- Práxedes, Alba; Sevil, Javier; Moreno, Alberto; del Villar, Fernando; García-González, Luis (2016). "Niveles de actividad física en estudiantes universitarios: diferencias en función del género, la edad y los estados de cambio" *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11 (1), pp: 123-132.
- Puig, Nuria (1986). El deporte y los estereotipos femeninos. *Revista de Occidente*, 62-63, 71-84.
- Puig, Nuria; Soler, Susanna (2004). Mujer y deporte en España: estado de la cuestión y propuesta interpretativa. *Apunts*, 76, 71-78.



- Puig, Nuria; Vilanova, Anna.; Mateu, Pau. (2018). Sociología del Deporte en España: una actualización (2005-2017). *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*. 54(14), 382-399.
- Queval, Isabelle (2004) *S'accomplir ou se dépasser. Essai sur le sport contemporaine*. Paris: Gallimard.
- Redeker, Robert (2012) *L'emprise sportive*. Paris: François Burin Éditeur.
- Rojas, Jose Luis (2010). La construcción de las noticias deportivas desde una mirada androcéntrica. De la invisibilidad a los estereotipos de la mujer deportista. *Vivat Academia*. nº 113 (en línea) [consulta: 03-01-2020] <http://www.ucm.es/info/vivataca/numeros/n113/DATOSS.htm>.
- Sabido Ramos, Olga. (2017). Georg Simmel y los sentidos: una sociología relacional de la percepción. *Revista mexicana de sociología*, 79(2), 373-400.
- Salguero, Antonio.; Martos, Pilar (2011) "Desigualdad de género en competiciones populares de fondo, *Apunts, Educació física i esport*, nº 103.
- Santos, Antonio.; Balibrea, Kety (2005) *Mujer, deporte y exclusión. Experiencias europeas de inserción por el deporte*, Valencia: Editorial Universitat Politècnica de València.
- Santos, Antonio; Balibrea, Kety. (2013) El deporte y la integración social en imágenes: mujeres en forma contra la exclusión. *Feminismo/s*. nº 21: 139-156
- Saouter, Anne (2016) *Des femmes et du sport*. Paris: Payot.
- Sassatelli, Roberta (2016) Taming bodies, alluring affects. *Rassegna Italiana di Sociologia*, 4/2016, pp. 806-810. DOI: 10.1423/85548
- Serra, Pedrona.; Soler, Susanna; Vilanova, Anna; Hinojosa-Alcalde, Ingrid (2019). Masculinización en estudios de las ciencias de la actividad física y el deporte. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 135, 9-25
- Soler, Susanna.; Serra, Pedrona; Vilanova, Anna (2018) La Igualdad en juego: guía de buenas prácticas de género en los estudios de la familia de las ciencias de la actividad física y del deporte (CAFD). Barcelona: Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya. http://inefc.gencat.cat/web/.content/01_inefc/publicacions/CAFE/Igualdad-en-Juego.-Guia-de-buenas-practicas-e-genero-en-los-estudios-de-la-familia-de-las-CAFyD_CAST.pdf
- Soler, Susanna.; Puig, Nuria (2004). Mujer y deporte en España: estado de la cuestión y propuesta interpretativa, *Apunts, Educació física i esport* nº 76, pp 71-78.



Thompson, Shona (1999) *Mother's Taxi: Sport and Women's Labor*. State University of New York Press

Tortosa Martínez, Juan; Vega Ramírez, Lilyan (2013) Mujeres mayores y actividad física. *Feminismo/s*. Nº 21, p. 241-261.

Vázquez, Benilde. (2007) *Deporte y Mujer. Situación actual en España. En Gobierno de Aragón, Jornadas Mujer y Deporte*. Zaragoza: Diputación General de Aragón http://deporte.aragon.es/recursos/files/documentos/doc-areas_sociales/deporte_y_mujer/jornadas_mujer_deporte.pdf

Vázquez, Benilde. (1993) *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: Instituto de la Mujer.

Vázquez, Benilde.; Fernández, Élica ; Ferro, Silvia. (2000). *Educación física y género*. Madrid: Gymnos.

Weed, Mike (2016) Should we privilege sport for health? The comparative effectiveness of UK Government investment in sport as a public health intervention, *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8:4, 559-576, DOI: 10.1080/19406940.2016.1235600



ANEXO. SELECCIÓN BIBLIOGRAFÍA DE INVESTIGACIÓN: Esta bibliografía se ha realizado para facilitar a lectores/as e investigadores/as interesados/as en profundizar sobre igualdad de género y deporte. Recoge publicaciones de los y las especialistas más destacados en esta materia en esta última década en el ámbito anglosajón.

- Adelman, M.; Knijnik, J. (2013) *Gender and equestrian sport: Riding around the world*. Springer Netherlands. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-6824-6>
- Aitchison, C.C., (2006) *Sport and gender identities: Masculinities, femininities and sexualities*. Routledge Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9780203646649>
- Andreasson, J.; Johansson, T. (2018). *Extreme sports, extreme bodies: Gender, identities and bodies in motion*. *Extreme Sports, Extreme Bodies: Gender, Identities and Bodies in Motion* (pp. 1–248). Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-97238-1>
- Andreasson, J.; Johansson, T., (2018) *Extreme sports, extreme bodies: Gender, identities and bodies in motion*. Springer International Publishing. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-97238-1>
- Arendt, C. E. (2018). *Gender, sport, and the role of alter ego in roller derby*. *Gender, Sport, and the Role of Alter Ego in Roller Derby* (pp. 1–114). Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203704400>
- Arendt, C.E., (2018) *Gender, sport, and the role of alter ego in roller derby*. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203704400>
- Bolin, A.; Granskog, J. (2003). *Athletic intruders: Ethnographic research on women, culture, and exercise*. *Athletic Intruders: Ethnographic Research on Women, Culture, and Exercise* (pp. 1–294). State University of New York Press. <https://doi.org/10.1177/009430610403300315>
- Breeze, M. (2015). *Seriousness and Women's Roller Derby*. *Seriousness and Women's Roller Derby*. Palgrave Macmillan UK. <https://doi.org/10.1057/9781137504852>
- Cookie, C., (2018) *No Slam Dunk: Gender, Sport and the Unevenness of Social Change*. Rutgers University Press.
- Davis, P.; Weaving C., (2009) *Philosophical perspectives on gender in sport and physical activity*. Routledge Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9780203885550>
- Dionigi, R. A., & Gard, M. (2017) *Sport and physical activity across the lifespan: Critical perspectives*. *Sport and Physical Activity Across the Lifespan: Critical Perspectives* (pp. 1–362). Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/978-1-137-48562-5>



- Fuller, L.K., (2006) Sport, rhetoric, and gender: Historical perspectives and media representations. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/9780230600751>
- Hargreaves, J., & Vertinsky, P. (2006). *Physical culture, power, and the body. Physical Culture, Power, and the Body* (pp. 1–263). Routledge Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9780203014653>
- Hargreaves, J.; Anderson, E., (2014) Routledge handbook of sport, gender and sexuality. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203121375>
- Hartmann-Tews, I.; Pfister, G. (2005). *Sport and women: Social issues in international perspective. Sport and Women: Social Issues in International Perspective* (pp. 1–288). Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9780203987087>
- Kilvington, D.; Price, J. (ed.) (2017) *Sport and Discrimination*. New York: Routledge
- Lenskyj, Helen (2003) *Out in the field : gender, sport and sexualities*. Toronto: Canadian Scholars' Press
- Lofaso, A.M., (2010) *Reversing field: Examining commercialization, labor, gender, and race in 21st-century sports law*. West Virginia University Press.
- Mansfield, L.; Caudwell, J.; Wheaton, B.; Watson, B. (2017) *The palgrave handbook of feminism and sport, leisure and physical education. The Palgrave Handbook of Feminism and Sport, Leisure and Physical Education* (pp. 1–888). Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/978-1-137-53318-0>
- Markula, P. (2015). Sport and the body. In *Routledge Handbook of the Sociology of Sport* (pp. 272–282). Taylor and Francis Inc. <https://doi.org/10.4324/9780203404066>
- Messner, M. (2007) *Out of Play: Critical Essays on Gender and Sport*. Albany, NY: State University of New York Press,
- Messner, M. A.; Musto, M. (2016) *Child's play: Sport in kids' worlds. Child's Play: Sport in Kids' Worlds* (pp. 1–256). Rutgers University Press.
- Messner, M.A., (2009) *It's all for the kids: Gender, families, and youth sports*. University of California Press.
- Milner, A.; Braddock, J. (2016) *Sex Segregation in Sports. Why Separate Is Not Equal*. Santa Barbara: Praeger
- Montañola, S.; Olivesi, A., (2016) *Gender testing in sport: Ethics, cases and controversies*. Taylor and Francis Inc. <https://doi.org/10.4324/9781315723150>



- Nicholson, M.; Hoye, R. (2008) *Sport and social capital. Sport and Social Capital* (pp. 1–363). Butterworth-Heinemann. <https://doi.org/10.4324/9780080569727>
- Pavlidis, A.; Fullagar, S., (2016) *Sport, gender and power: The rise of roller derby*. Taylor and Francis Inc. <https://doi.org/10.4324/9781315610429>
- Pfister, G.; Bandy, S. J. (2015) Gender and sport. In *Routledge Handbook of the Sociology of Sport* (pp. 220–230). Taylor and Francis Inc. <https://doi.org/10.4324/9780203404066>
- Ratna, A.; Samie, S.F., (2017) Race, gender and sport: The politics of ethnic “Other” girls and women. Taylor and Francis. <https://doi.org/10.4324/9781315637051>
- Roper, E. A. (2012) Gender, identity, and sport. *The Oxford Handbook of Sport and Performance Psychology*. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199731763.013.0020>
- Sassatelli, R. (2012) Body Politics. In *The Wiley-Blackwell Companion to Political Sociology* (pp. 347–359). John Wiley and Sons. <https://doi.org/10.1002/9781444355093.ch31>
- Scheerder, J.; Breedveld, K.; Borgers, J. (2015) *Running across Europe: The rise and size of one of the largest sport markets. Running Across Europe: The Rise and Size of One of the Largest Sport Markets* (pp. 1–268). Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1057/9781137446374>
- Shehu, J., (2010) *Gender, sport and development in Africa: Cross-cultural perspectives on patterns of representations and marginalization*. African Books Collective.
- Sparkes, A. (ed.) (2017) *Seeking the Senses in Physical Culture. Sensuous scholarship in action*. Routledge
- Thorpe, H.; Olive, R. (2016) Introduction: Contextualizing Women in Action Sport Cultures. In *Women in Action Sport Cultures* (pp. 1–20). Palgrave Macmillan UK. https://doi.org/10.1057/978-1-137-45797-4_1
- Toffoletti, K.; Thorpe, H.; Francombe-Webb, J. (ed.) (2018) *New sporting femininities: embodied politics in post-feminist times*, Basingstoke, PalgraveMacmillan, <https://doi.org/10.1007/978-3-319-72481-2>
- Wellard, I., (2007) *Rethinking gender and youth sport*. Routledge Taylor & Francis Group. <https://doi.org/10.4324/9780203933619>