

# Gabinete de Asesoramiento Deportivo

## Una experiencia interdisciplinaria e interinsitucional

### Esquel

Lic. Ana Huenú Mastronardi

Psicóloga del Gabinete de Asesoramiento Deportivo, Subsecretaría de Deportes y Recreación

[gadesquel@yahoo.com.ar](mailto:gadesquel@yahoo.com.ar) – [deportes@esquel.gov.ar](mailto:deportes@esquel.gov.ar)

#### **Contexto urbano y social de aplicación:**

La ciudad de Esquel se ubica en la cordillera del noroeste del Chubut, los últimos datos censales oficiales corresponden al censo nacional de 2.001. Donde se arroja una cantidad de 28.089 habitantes.

La densidad poblacional de Esquel es de 24 hab/km, la cantidad de hogares es de 7.809, de los cuales un 17.12% se encuentra con necesidades básicas insatisfechas (NBI), lo que significaría un porcentaje de 19.74% de población con NBI, según el censo del 2.001.

El principal sector económico de Esquel, corresponde al empleo público, luego se encuentra el sector turístico, el maderero, pequeños sectores agropecuarios y prestadores privados de servicios.

Un obstáculo que se evidencia en este punto es la falta de sistematización de datos estadísticos actualizados.

#### **Objetivos:**

- Optimizar el rendimiento deportivo de atletas de nivel competitivo
- Acompañar el proceso de aprendizaje y crecimiento de niños y adolescentes que se inician en la actividad deportiva.
- Trabajar en la prevención de enfermedades y la promoción de la salud a través del deporte y el ejercicio físico.
- Realizar actividades de capacitación, investigación y articulación interinstitucional.

#### **Metodología:**

El proyecto del Gabinete de Asesoramiento Deportivo (GAD) se fue creando empíricamente a lo largo de los últimos 4 años, donde a partir de la creciente incorporación

de profesionales abocados a las ciencias aplicadas al deporte, se empezó a sistematizar y planificar el trabajo en forma anual. A fin de cada año se evalúa lo realizado y se apunta a mejorar y modificar en nuevos objetivos más abarcadores para la comunidad.

En sus inicios este equipo de trabajo estaba conformado por un médico y un profesor de educación física cuya metodología consistía en la realización de: encuestas medico-clínicas, exámenes medico-clínicos, antropometrías de perfil reducido y evaluaciones de capacidades funcionales (flexibilidad-equilibrio-potencia-saltabilidad).

Con la incorporación de una psicóloga en el equipo, se amplió el trabajo no sólo con los deportistas seleccionados de diferentes deportes (natación, atletismo, volley, handball, karate), sino también a la articulación con entrenadores en aspectos técnicos y formativos, con otras instituciones en aspectos educativos y de gestión, y a la divulgación de información de interés para la comunidad.

Al abarcar cada vez mayor población: deportistas, padres, entrenadores, instituciones, comunidad en general y realizando diagnósticos de lo que se necesitaba en materia de asesoramiento deportivo para la ciudad, fue que se incorporó una nutricionista.

En ese momento se comenzó a trabajar no sólo con otras instituciones deportivas para brindar charlas, capacitación y asesoramiento técnico para los deportistas, sino que también se buscó la articulación interinstitucional con el Programa Municipal Vivir Esquel. Este último nuclea a: la Secretaría de Promoción Social, la Subsecretaría de Deportes y Recreación, representantes del Hospital Zonal Esquel, la unidad de salud ambiental pediátrica, el área de nutrición del área programática del noroeste del Chubut, reparticiones pertenecientes a la Secretaría de salud provincial y representantes de ONG's.

Junto con este programa se realizan intervenciones educativas, participación en medios de comunicación, publicación de un boletín mensual y asesoramiento a instituciones. El objetivo principal apunta a la prevención y promoción de la salud, haciendo hincapié en la actividad física y el deporte como elementos indispensables para mejorar la calidad de vida de los ciudadanos.

Las actividades que el gabinete desarrolló hasta el momento son:

*Deporte de rendimiento:*

1. Diagnóstico, evaluación y seguimiento de deportistas de rendimiento en aspectos:
  - Nutricionales: evaluación antropométrica, intervención nutricional
  - Médicos: examen clínico general y específico
  - Psicológicos: evaluación de habilidades psicológicas y entrenamiento mental para el deporte
  - Físico-técnicos: evaluaciones de potencial y preparación física

2. Acompañamiento individual o por equipos, en períodos pre-competitivos, competitivos y post-competitivos.
3. Talleres y dinámicas grupales para la consolidación de equipos deportivos y reflexión sobre dificultades u obstáculos cotidianos que se presentan en la vida de los deportistas.
4. Grupo de estudio y ateneos con entrenadores de diferentes deportes
5. Asesoramiento técnico a entrenadores y dirigentes deportivos

Deporte de iniciación y/o social:

Charlas educativas para entrenadores, padres, deportistas y comunidad en general sobre: alimentación saludable, psicología aplicada al deporte, medicina deportiva, educación física.

Promoción de la salud y articulación interinstitucional:

1. Participación en campamentos educativos de verano para niños y adolescentes con patologías crónicas (diabetes, celiaquía, asma, obesidad).
2. Articulación interinstitucional a través del programa Vivir Esquel, perteneciente a la Red de Municipios Saludables.
3. Articulación con instituciones públicas y privadas para brindar asesoramiento en alimentación, medicina y beneficios psicológicos de la actividad física.
4. Participación en actividades organizadas por el Ministerio de Salud de Nación y la Organización Panamericana de la Salud, dentro del marco de la Red de Municipios Saludables: 1º Jornada Nacional de Actividad Física y Salud, Feria Mundial de Municipios y Salud.

Investigación, capacitación y comunicación:

1. Investigación a través de encuestas poblacionales, diagnósticos y estadísticas de deportistas de rendimiento, comparación de atletas locales con referentes internacionales, exploración en materia de gestión deportiva, etc. con el fin de mejorar los proyectos que se van implementando. Proyectos realizados: Encuesta de hábitos saludables en empleados municipales, Evaluación de miedos y presiones en deportistas destacados, prueba de supercompensación de glucógeno en el equipo federado de natación, Test de hidratación en el equipo federado de natación, Proyecto antropométrico y de evaluación psicológica grupal en Selección Juvenil de la Comarca AFA, Proyecto antropométrico Tetratlón Esquel.
2. Talleres y jornadas de capacitación con disertantes de la ciudad y del país, para entrenadores, profesores de educación física y profesionales de salud en relación a la actividad física y el deporte en la actualidad.

3. Divulgación del boletín mensual “Esquel en movimiento” donde se difunde todo lo atinente a deportes y actividad física que se realiza en la ciudad junto con artículos sobre la temática.
4. Divulgación de folletos sobre alimentación saludable.
5. Participación en medios de comunicación para difundir la profesionalización del deporte y el ejercicio físico (cortos televisivos, programas de radio y televisión, artículos en gráfica).

### **Evaluación:**

El proyecto de trabajo del GAD, al ser de carácter municipal, pretende alcanzar a toda la población: niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, deportistas de iniciación, deportistas de rendimiento, discapacidad, población sedentaria y personas con enfermedades crónicas.

En la actualidad, la Subsecretaría de Deportes y Recreación, se dirige mayoritariamente a personas con bajos recursos económicos y sociales, apuntando a lograr mayor inclusión social a través del deporte.

Desde el gabinete se empezó a buscar paulatinamente la participación y articulación con sectores sociales de mayores recursos económicos, culturales y educativos con el fin de optimizar recursos y saberes como así también poder abarcar mayor espectro poblacional.

Como primer impacto positivo fue la creación de un equipo interdisciplinario: Médico, Psicóloga, Nutricionista y Profesor de Educación Física, en menos de 3 años. Experiencia inédita en la provincia del Chubut, aún en la actualidad. Es el único grupo de profesionales conformado, donde se trabaja en equipo constantemente, en el asesoramiento a deportistas y en la generación de nuevos proyectos.

A la vez, este equipo con identidad propia, logró empezar a introducir la profesionalización del deporte y el ejercicio físico como así también la incorporación de la salud dentro de un ámbito donde no se había trabajado hasta el momento.

También se logró articular con otras instituciones, tanto públicas como privadas, en aspectos educativos, de prevención y promoción, como así también en la optimización de recursos. El acercamiento y comunicación entre clubes, gimnasios y organizaciones estatales no se había realizado con anterioridad.

Por otro lado, la Subsecretaría de Deportes y Recreación creó una página oficial donde el GAD cuenta con espacio propio: [www.esqueldesportes.org.ar](http://www.esqueldesportes.org.ar), y publica mensualmente el boletín que este equipo redacta, el cual se distribuye en toda la ciudad para las escuelas, dependencias municipales, gimnasios, clubes e instituciones deportivas y culturales, espacios judiciales, etc.

Puntos fuertes de la experiencia.

- Equipo sólido de trabajo con gran ímpetu por generar nuevos proyectos.
- Apertura y apoyo desde la dirigencia política para incorporar nuevas ideas y ejecutar nuevos planes de trabajo.
- Población relativamente pequeña donde todavía se puede proyectar abarcando a todos los sectores de la comunidad.
- Momento socio-histórico donde se privilegia la promoción de la salud a través del ejercicio físico.

#### Puntos débiles

- Baja participación y compromiso por parte de los profesores de educación física.
- Falta de espacio físico propio (aunque ya está proyectado y en construcción)
- Falta de recursos económicos propios
- Precariedad laboral: profesionales contratados, no garantiza continuidad a largo plazo, depende de voluntad política.

#### Propuestas de futuro

- Intensificar la planificación y sistematización de trabajo una vez que se cuente con espacio físico propio, el cual está en construcción y se espera su finalización para octubre de 2010. Dentro de esa estructura está contemplado para el trabajo del gabinete: consultorio para profesionales, sala de antropometría y mediciones, gimnasio para preparación física, sala de proyecciones para capacitación, y toda una disposición edilicia acorde para realizar concentraciones deportivas (albergue, vestuarios, sauna e hidromasaje, comedor, administración, etc.). Se considera que la instalación definitiva en ese lugar, va a permitir incorporar no sólo mayores recursos materiales, facilitando ampliar los servicios que se brindan, sino también que la sociedad logre mayor identificación del Gabinete de Asesoramiento Deportivo con la Subsecretaría de Deportes y Recreación Municipal.
- Una vez que se cuente con la infraestructura mencionada anteriormente se pretende programar clínicas deportivas con atletas de primer nivel para el crecimiento y aprendizaje de nuestros jóvenes, concentraciones deportivas locales, provinciales y regionales para realizar trabajos integrales con cada equipo.
- Intensificar la realización de capacitaciones, investigación y actividades de comunicación para que la actividad física y el deporte sea parte de las prioridades de nuestra comunidad al pensar en el mejoramiento de la calidad de vida de los ciudadanos.
- Fortalecer el trabajo con selecciones deportivas locales y continuar en la ampliación del trabajo hacia selecciones provinciales. Ya se comenzó con la Selección Juvenil

de fútbol AFA Abierto al Interior, y se pretende extrapolar ese trabajo a otros equipos deportivos, como atletas individuales.

- Ampliar la articulación interinstitucional con el área de educación formal, colaborar en la creación del Consejo Municipal del Deporte, y consolidar convenios con entidades deportivas provinciales.
- Realizar un relevamiento diagnóstico de la actualidad esquelense, a través de una encuesta a instituciones locales (públicas y privadas), vinculadas a la actividad física y el deporte, con el objetivo de conocer su opinión sobre los siguientes ejes: necesidades poblacionales, infraestructura, oferta y demanda de servicios, recursos humanos, materiales y económicos existentes y faltantes, organización, coordinación y planificación de eventos, competencias y federaciones deportivas, como así también la percepción sobre: necesidades y oferta real de capacitaciones, investigación, articulación interinstitucional y canales de comunicación.
- Contando con el diagnóstico anterior se buscará, acompañar y promover, la creación de un proyecto de gestión deportiva integral que incluya todos los sectores de la sociedad y que promueva masivamente el desarrollo del deporte local y la promoción de la actividad física como hábito de vida saludable. Para ello es indispensable incorporar en las instituciones el concepto de planificación estratégica.