

## **Las representaciones simbólicas de la actividad física en la actualidad**

### **Formas de legitimación de la práctica física**

Autor: Leiva Benegas, Samuel J.<sup>1</sup>

Universidad Nacional de Tucumán

Mail: leivabenegassamuel@yahoo.com.ar

#### **Resumen**

Cada sujeto estructura y organiza el conocimiento que tiene de la realidad por medio de sus representaciones simbólicas. Las mismas no son necesariamente un reflejo de la realidad, sino un constructo gestado a partir de otros sujetos, la experiencia y preconceptos formulados a través de aducciones. La importancia de las representaciones estriba en que estas pueden favorecer u obstaculizar una experiencia, en la medida que conforman un juicio de valor de antemano sobre la misma. Es en este sentido, que las representaciones sobre la práctica de actividad física guardan consigo una suerte de razón de ser de estas, legitimando la práctica. Saber sobre las representaciones, posibilita al profesional de la Educación Física el fundamentar sobre la actividad física, augurando con ello una mejor aceptación. Además, su entendimiento permite conjeturar las salvedades pertinentes, para que se comprendan sus limitaciones y las creencias que no tienen asidero.

En este trabajo abordaremos las representaciones sociales que subyacen a la actividad física, desentrañando de manera esquemática sus orígenes y razón de ser. Además, trataremos de focalizar en quienes se encuentran presentes, brindando la salvedad de que, si bien puede existir una preponderancia, todas se hallan en la sociedad. A partir de diversos y variados relevamientos realizados podemos decir que las representaciones sociales de la actividad física se corresponden como calidad de vida, salud (orgánica y psíquica), estética, encauzamiento de los comportamientos y cómo ocupación del tiempo de ocio y recreación.

**Palabras claves:** Representaciones simbólicas, Actividad física, Legitimación de la práctica física, Problemática Educativa

---

<sup>1</sup> Leiva Benegas Samuel J. es Doctor en Humanidades, área Educación Física (UNT), Magíster en Metodología de la Investigación Científica (UNLa), Magíster en Educación (UNQ), Especialista en Entrenamiento de Deporte Social (UNT), Licenciado en Ciencias Sociales y Humanidades (UNQ), Licenciado y Profesor en Ciencias de la Educación (UNT) y Licenciado y Profesor en Educación Física (UNT). Se desempeña laboralmente en diferentes niveles y modalidades de la educación. ORCID 0000-0002-2893-1515

## Introducción

Las representaciones sociales pueden ser consideradas como una forma de entender, estructurar y organizar el conocimiento que se tiene de la realidad. Así también, puede entenderse como una reconstrucción de la realidad a través de la cultura en la que se está inmerso y la correspondiente interpelación del grupo social de pertenencia. Las representaciones llevan una historia, un contexto situacional y un bagaje cultural, que se halla atravesado por los conocimientos transmitidos por la sociedad en su conjunto como también de la clase social de pertenencia. Y justamente esta última produce que las representaciones se distingan y difieran entre sí (Kassin et al., 2010).

Las representaciones sociales se adquieren mediante la apropiación de un significado derivado de un significante, que se da por medio de la interacción con el medio. De esta manera, son conocimientos que permiten la adquisición de significados, como la comprensión y apropiación del ambiente social. Así se construyen opiniones o estados de conciencia de algo, evocando a la conciencia, por ejemplo, sucesos, ideas, hechos, entre muchas otras cuestiones. Pero estas interpretaciones guardan en sí una representación que sustituye a lo evocado concretamente. Una representación no condice necesariamente con la realidad, sino con lo que el sujeto conoce o percibe de esta. En otras palabras, una parte inherente a toda representación congeña necesariamente con la información con la que se cuenta, pudiendo provenir ésta, de fuentes difusas y experiencias paupérrimas, que abarcan una representación ajena o parcial de cierto fenómeno. Recordemos en este sentido, que la representación también abarca la apropiación de lo desconocido, haciéndolo comprensible. Es por esto, que la representación adquiere un valor subjetivo y hasta especulativo de lo que representa, pero no por ello, menos verdadero para el sujeto.

Las representaciones de la práctica física guardan consigo una suerte de razón de ser de las mismas, legitimando su actividad. Saber sobre las representaciones, posibilita al profesional de la Educación Física el fundamentar sobre la actividad física augurando con ello una mejor aceptación. Y justamente esto nos lleva a lo significativo de la actividad, en el marco de Ausubel (2009), no sólo en lo que refiere a los saberes previos, sino particularmente en brindar un sentido a la actividad, una razón de ser. Además, su entendimiento permite conjeturar las salvedades pertinentes, para que se entiendan sus limitaciones y que la misma, no es la panacea de todos los males. En este sentido, aunque sea nuestra más profunda intención, que la actividad física saque a

los chicos de las drogas (sustancias psicoactivas), puede ayudar, pero esto realmente depende de una gama amplia de variables. En el transcurso de los años, hemos realizado diferentes relevamientos<sup>2</sup>, pudiendo categorizar las representaciones sociales que adquiere la actividad física. De manera esquemática podemos decir que son de calidad de vida, salud (orgánica y psíquica), estética, encauzamiento de los comportamientos y recreación. A continuación, las desarrollamos tomando para el cierre del artículo algunas consideraciones de las mismas.

### **Representación de la actividad física como calidad de vida**

Tal vez una de las cuestiones más complicadas de delimitar o bien de conjeturar es el significado de calidad de vida, no porque sea una cuestión no tratada, sino por la pluralidad de autores y de disciplinas o ciencias que la interpelan. López (2009) –en correspondencia a la calidad de vida–, señala que existe una relación entre la forma concreta cómo se vive y el deseo subjetivo de cómo vivir. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la calidad de vida como la percepción que tienen los individuos de su situación en la vida, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en el que viven y en relación a sus metas, expectativas, normas e intereses. Además de la variabilidad de concepciones, la calidad de vida adquiere consigo una gran particularidad, siendo tan subjetiva como cada ser humano. Una de las cuestiones que ejemplifican esto, es la necesidad de sentirse parte de un grupo social, que de cierto rol o bien cierta identidad. Es probable que para un adolescente contemporáneo la calidad de vida se refleje en la adquisición de un celular último modelo o bien en la cantidad de amistades virtuales que posee, o bien, los populares *me gusta*. A diferencia, otra persona, ya con independencia económica, puede considerar que tener tal o cual auto, hace a su calidad de vida y su estrato social. Estas cuestiones, son ofertas que crea la cultura consumista, originando una necesidad totalmente banal en los sujetos, que cala en el interior de cada uno, conformando un *ideal de calidad de vida*, en relación a su propia historia personal social y cultural. Haciendo referencia a esto Zukerfeld (2005) expresa “se trata de remedios u ofertas culturales para el déficit o la carencia, expresado en un modo de funcionamiento psíquico cristalizado y comandado por el yo ideal” (Zukerfeld, 2005, p.66).

Aunque la calidad de vida conlleva una gran subjetividad en su concepción, la misma adquiere parámetros muy específicos en torno a la motricidad. Específicamente en lo que refiere a la

---

<sup>2</sup> El relevamiento se realizó a 700 sujetos, en edades de los 7 a 79 años de edad.

independencia física, cuestión evidente cuando ésta no se tiene o se pierde. La independencia a la que aludimos, se corresponde con el manejo del cuerpo, sin la necesidad de ayuda de algún objeto o bien, alguna persona. La independencia motora interpela los quehaceres diarios, desde el trabajo hasta la recreación, siendo entonces el intermediario en gran medida de la calidad de vida. Pero aún más, la psiquis y todo lo social, se conforma en la posibilidad de intervenir en el medio, cuestión emparejada a lo corpóreo, a lo físico. Entonces, nuestra calidad de vida se relaciona estrechamente con lo que denominamos cuerpo, siendo éste la forma de acceder a experiencias y conocimientos, que a su vez se traducen en motivaciones, fuerza laboral, relaciones y creación de nuestro quehacer simbólico. En sí, el cuerpo es el instrumento de apropiación del mundo, y la base central para la calidad de vida.

Ahora bien, el cuerpo representa actividad motriz, y justamente esta implica las capacidades condicionales, constituidas por la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y la habilidad que se poseen (Manno, 1999). Estas capacidades a su vez dependen de la genética en primera instancia y en segunda instancia, de su entrenamiento. Todos los días, se la utiliza en menor o mayor medida la motricidad, cuando se sube escaleras, cuando se corre para alcanzar un colectivo, cuando se desplaza un mueble para buscar algo que se cayó debajo, cuando se cargan las bolsas del supermercado, en los quehaceres domésticos, en fin, en la vida diaria. Estas actividades diarias, desestimadas generalmente, a medida que pasa el tiempo, se vuelven más arduas, más complicadas, cuestión que demuestra un detrimiento de las capacidades condicionales de cada uno. Es en este punto, donde se denota la actividad física realizada por cada uno, proyectándose en los quehaceres de la vida cotidiana. Es así como la actividad física efectuada, regula nuestra calidad de vida, y a su vez, brinda esa independencia funcional que permite esa participación activa en el entorno.

Desde nuestros relevamientos este tipo de representación se concentra mayoritariamente en poblaciones adultas propias de la tercera edad o bien, acercándose a ésta. Además, se halla presente en personas con discapacidad motora y como intencionalidad de padres para sus hijos, que se encuentran en las primeras etapas de su educación formal. La actividad física en personas mayores y personas con discapacidad motora se dimensiona como el vehículo de proyectar su independencia física en los quehaceres de la vida diaria, creando consigo un mejoramiento de su calidad de vida. En el sujeto que está dando sus primeros pasos en la educación, la calidad de

vida también se relaciona con la movilidad y el incremento de las capacidades condicionales. Pero sobre todo se relaciona con el bagaje de experiencias motrices que enriquecen su acervo motor y las experiencias motrices que le permiten relacionarse con sus pares. Es decir, que además de constituirse la base de la cultura motriz, el sujeto interacciona por medio de las actividades con sus pares permitiendo un desarrollo psicoafectivo y social que coadyuva su desarrollo integral y por ende, su calidad de vida de manera integral (Leiva Benegas, 2022; 2023).

### **Representación de la actividad física como emblema de salud**

La disciplina de la Educación Física, en Argentina, surgió desde claros estamentos biológicos, que legitimaban la práctica física por el hecho de considerarla saludable –bajo un discurso higienista– (Scharagrodsky, 2011; Anderson, 2014). La impronta de la actividad física y la salud estuvo enmarcada por uno de los precursores de la Educación Física, Romero Brest. Este pionero de la Educación Física, también reconocido como el padre –en nuestras latitudes–, tenía formación en medicina y su tesis doctoral se tituló *El ejercicio físico en la escuela* (Saraví Rivière, 2012). A partir de estos datos se puede comprender la relación que se gestó inicialmente entre la Educación Física y la salud, la cual no fue exclusivamente proyectada para varones sino también para mujeres. Al respecto, Anderson (2014) nos comenta sobre la incumbencia de la actividad física para las mujeres, “La actividad física practicada de una forma moderada y controlada, dirigida y supervisada por expertos, podría mejorar la salud corporal y psíquica de las mujeres, ayudando así al desarrollo de la raza argentina” (Anderson, 2014, p. 84).

Otro claro ejemplo de la relación estrecha con la salud, de la actividad física, son los batallones escolares, que surgieron como una estructura paralela a la educación civil y de origen castrense. Una de las funciones a la que remitía, era la fisiológica, esgrimiendo como argumentación “porque mejora, ayuda y prepara racionalmente el desarrollo físico del niño” (Saraví Rivière, 2012, p.161). Este ejemplo de los batallones, proyecta la actividad física para el buen funcionamiento fisiológico y orgánico, lo que permite ulteriormente el desarrollo integral del sujeto. La salud orgánica deriva de un organismo que funciona correctamente, y para que un organismo funcione correctamente es necesario que se mueva y ejercite. En este sentido, las adaptaciones fisiológicas producidas por el organismo en torno a la actividad física son más que notorias, como demuestran López Chicharro y Fernández Vaquero (2003). Aún más, la

Organización Mundial de la Salud, recomienda la práctica de actividad física no sólo por el hecho de que mejora lo fisiológico, sino como mecanismo para luchar contra el sedentarismo y la obesidad, que son problemáticas actuales.

El contexto de aislamiento, producto de la pandemia por COVID-19 (2020-2021), agravó los problemas de sedentarismo y obesidad, advirtiendo de esto muchas organizaciones y fundaciones. La pandemia además de evidenciar la necesidad de la actividad física para lo orgánico también dimensionó lo relacionado a la salud psíquica. En este sentido, el relevamiento del impacto social de las medidas del aislamiento, informó que la situación vivida, asociada al aislamiento y contexto de pandemia, generó en la población problemáticas de cuadros de ansiedad, angustia y depresión (Kessler et al, 2020). Pero además de lo particular y disruptivo de la pandemia, la salud psicológica también se ve influenciada por la cantidad de horas frente a las pantallas y la requirente necesidad de estar en conexión constante. En este sentido, Scasserra (2020) advierte sobre el peligro de la conexión constante y su repercusión en consecuentes psicosociales asociados como la ansiedad, depresión y agotamiento. En su misma medida algunos estudios efectuados por las neurociencias advierten sobre los trastornos ocasionados por el exceso de horas frente a las pantallas.

una montaña creciente de investigación clínica correlaciona la tecnología de las pantallas con trastornos como el TDAH, la adicción, la ansiedad, la depresión, el aumento de la agresión e incluso la psicosis. Lo más impactante de todo es que los estudios recientes de imágenes cerebrales muestran de manera concluyente que la exposición excesiva a la pantalla puede dañar neurológicamente el cerebro en desarrollo de una persona joven de la misma manera que la adicción a la cocaína (Kardaras, 2016, p. 4).

A partir de estos datos en torno a la influencia negativa en el exceso de horas frente a las pantallas, es que podemos repensar la influencia de la actividad física como no exclusivamente para la salud física o meramente orgánica. La actividad física interpelada por la Educación Física podría representar un recurso necesario para contrarrestar la influencia negativa del exceso de horas frente a las pantallas. En gran medida esto proporciona una nueva representación de la Educación Física asociada exclusivamente a la salud psíquica. Y justamente, estas dos vertientes (orgánica y psíquica) proporcionan la representación de la actividad física hegemónica,

augurando el sentido en todos los rangos etarios. De esta manera, podemos decir que la actividad física se representa como el catalizador de la salud, tanto orgánica como de la psiquis.

### **Representación de la actividad física como fuente de estética**

Aunque la salud parezca una de las más claras representaciones de la actividad física, esto si nos ponemos a analizar detenidamente no sería del todo cierto, al respecto, no nos olvidemos que el sobrepeso como la obesidad se avizoran por medio de la estética, que es el primer indicador de estas circunstancias. Inevitablemente la imagen corporal es uno de los primeros indicadores de actividad física, pero también es la carta de presentación que tiene cada persona para la aceptación de otro o el grupo de pares. En el contexto de posmodernidad la apariencia física ganó un gran protagonismo (Díaz, 2014) transformándose el ejercicio paulatinamente en una estrategia anti edad, para salvaguardar lo máspreciado en la posmodernidad, la apariencia de juventud. Obviamente que no es la única estrategia

como la valoración de la juventud ésta en alza, la ilusión de la misma se mantiene vigorosamente. En efecto, los liftings, el colágeno, las tinturas, el botox, las prótesis y además tecnologías al servicio de la eterna juventud se expanden por todos los intersticios sociales. (Díaz, 2014, p.23)

De esta manera, la salud puede aparecer como un eufemismo, encontrando sus fundamentos en la estética corporal. Aunque podría creerse que muchos sujetos se encuentran exentos de las influencias estéticas, el constante bombardeo de los medios masivos de comunicación influye de manera subliminal, y sobre todo, los que se están acercando a la pubertad. Numerosas prácticas físicas, como la Sobrecarga, se dirigen linealmente a una exaltación del cuerpo, como emblema social, aceptado y admirado (Leiva Benegas, 2018). Y justamente este emblema excede a una cultura y sociedad determinada, en la medida que la conectividad ayuda diseminar estos ideales.

Pero además de la difusión de los medios masivos sobre el ideal estético, existe socialmente una relación concomitante de la estética hegemónica con lo bueno. De hecho, los estamentos de belleza vienen de la mano de los lineamientos de lo bueno, lo saludable y por otro lado, estamentos que no coinciden con los mismos (belleza), configuran una fuerte dotación negativa, como lo malo y lo feo. Un claro ejemplo de esto son los gráficos de los cuentos de hadas, donde lo malo se representaba morfológicamente como feo y fuera totalmente de los estándares de

belleza. Mientras que los buenos (príncipes y princesas) concuerdan con un ideal morfológico de belleza, al respecto Eco (2015) señala “parece que ser bello equivale a ser bueno, y de hecho en distintas épocas históricas se ha establecido un estrecho vínculo entre lo bello y lo bueno” (p.8). Desde esta perspectiva los mismos libros de cuento –a los que accede la población infantil– van configurando ideales arbitrarios de belleza asociados a la concepción de bueno.

La concepción de lo morfológico llega a tal punto que estandariza lo ideal, creando una clara concepción de la meta a perseguir por cada sujeto, para concretar ese ideal que no es más que una representación superflua de una cultura. Esta acepción superflua obviamente concatena diferentes variables que no sólo hacen a lo morfológico, no obstante, este se sobredimensiona, dado que es lo más propio y particular de cada sujeto. Esta superficialidad puede entenderse asimismo como vanidad, que como tal se refiere explícitamente a la alimentación del ego particular de cada sujeto. Al ser cada sujeto parte de una sociedad y una historia, donde la correlación con la vanidad se imprime y reimprime, no es meramente exclusiva de una época, sino que sus raíces pueden encontrarse en la misma existencia humana, “Vanidad de vanidades, todo es vanidad” (Santa Biblia, 1998, Eclesiastés, 1:2).

La belleza en un plano estético puede encontrar sus divergencias en las diferentes culturas antiguas, sin embargo, puede encontrar fuertes similitudes, y en sí esas similitudes provienen de la construcción del ideal simbólico morfológico. “Es posible que, más allá de las distintas concepciones de la belleza, haya algunas reglas únicas para todos los pueblos y en todos los tiempos” (Eco, 2015, p.14). Como se puede apreciar en la historia de la belleza, de Eco, los estamentos morfológicos tanto para el hombre como en la mujer se han mantenido, exaltando en cada sexo las características sexuales secundarias, que proveen la aceptación de un otro. Aunque existen algunos matices que pueden encontrarse como disgragaciones, con respecto principalmente a la indumentaria, lo morfológico redunda en lo relevante, con un claro dejo de vanidad (Eco, 2015).

La exageración conforma un estándar digno de remarcar en la representación de lo morfológico, y esta exageración representa características ideales que en sí, vienen dadas por la genética o bien, se pueden alcanzar mediante el sometimiento del cuerpo a determinados hábitos. El sometimiento del cuerpo al estrés del entrenamiento puede dotar de esas características y más aún con la ayuda de cierta suplementación, como los anabólicos, que fueron ampliamente

desarrollados durante la Segunda Guerra Mundial y la Guerra Fría. Pero además de la exageración muscular, la estética se asocia a la concepción de atemporalidad, supeditando lo morfológico a una determinada época y rango etario (Díaz, 2014). La concepción de juventud se mantiene claramente vigente en la evolución histórica como el eterno tesoro, el ideal no sólo se basa en un esquema morfológico, sino que el mismo se encuentra enmarcado por una temporalidad etaria. Se establece así una relación concomitante entre el ideal morfológico o estética corporal y la edad.

Por último, la estética se dirime como una cuestión de estatus, en la medida de que es deseada y estimada como un bien. El ser humano se erige como un ser de competencia, utilizando sus dotes genéticos o bien conseguidos, para reafirmar –en estos– su diferenciación y distinción (Hobbes, 2011). Entender la estética como producto cultural que se erige como concepción de estatus, permite comprender a la actividad física como mecanismo de la consecución de un bien o mercancía simbólica. Toda representación se supedita a un contexto determinado cargado de una dotación cultural, social e histórica que le da su razón de ser o bien, su clara pretensión de validez. Como afirma Habermas (1999) “entender una manifestación simbólica no significa asentir a su pretensión de validez sin tener en cuenta el contexto” (p.189). Esta manifestación simbólica se da en una clara sistematización cultural con evidentes tintes clasistas que detentan la diferenciación de acuerdo a características loables para todo el sistema cultural.

Con todo lo abordado –en este apartado–, queremos remarcar la importancia de la estética a nivel sociocultural y como a través de la misma, se entrelazan concepciones de lo estimado, lo bueno, de atemporalidad y de estatus. En este marco, la actividad física se representa como el mecanismo que predispondrá la estética corporal que nos brindará la aceptación de un otro –o mejor dicho, de muchos otros–. Este tipo de representación se halla mayoritariamente en los jóvenes y adultos de las grandes urbes, menguándose la misma, en los lugares rurales. Si bien la representación de la actividad física como estética, puede incentivar la práctica, también es causante de comportamientos nocivos. Entonces, es importante dimensionar a la Educación Física como un espacio que puede brindar aspectos críticos sobre las concepciones arbitrarias de belleza y sobre los posibles perjuicios a la salud de algunas *recetas mágicas*.

### **Representación de la actividad física como encauzamiento de los comportamientos sociales o como medio de adquisición de valores y normas**

Además de las representaciones anteriores, la actividad física tuvo una fuerte impronta en el encauzamiento de valores y normas, es decir que se representa como interviniente en la adquisición de estos, distanciando al sujeto de malos hábitos. Los que abordaron la actividad física con una fuerte impronta valorativa en cuanto a la adquisición de valores estimados socialmente, fueron los materialistas franceses y los socialistas utópicos. Ellos creían que por medio de la actividad física se inculcaba una gran parte de los valores sociales, que harían mejorar la sociedad (Konstantinov et al, 1984). Sin embargo, sus postulados se quedaban a mitad de camino, en el sentido que las actividades se circunscribían a los ideales hegemónicos propios de la burguesía. Además, sus postulados daban una exagerada dotación de influencia a la actividad física y educación, encausándolas como una panacea de todos los males, recibiendo al respecto una fuerte crítica de Marx y Engels (Konstantinov et al, 1984).

Para Marx y Engels la educación debía consignar tres cuestiones, educación intelectual, educación física y enseñanza técnica (Konstantinov et al, 1984). Por medio de estas tres cuestiones la educación sería apropiada por el proletariado en contra de la burguesía y los estamentos aristocráticos, ocasionando que “la combinación del trabajo productivo retribuido y de la educación intelectual, de los ejercicios físicos y de la enseñanza politécnica, elevará la clase trabajadora a un nivel significativamente más alto que el de la aristocracia y la burguesía (Konstantinov et al, 1984, p.139).

En un marco político, la actividad física viene a concebirse dentro de determinados lineamientos ideológicos como parte estructural en la lucha de clases. Su concepción persigue la consecución de un cuerpo que sea funcional para la revolución, de hecho, su consecución estaba direccionada a la práctica de las corrientes gimnásticas y castrenses (Konstantinov et al, 1984). Pero además, la misma concepción auguraba que el cuerpo se encauce a los ideales de comportamiento que pregonaban las corrientes socialistas y marxistas. En este sentido, la percepción utilitarista de la actividad física y deportiva, se construye socialmente como una panacea de ciertos comportamientos desviados de la norma, es decir, que la actividad física se dirige a corregir y encauzar el comportamiento que se cree nocivo para la sociedad (Barrancos, 2011).

En los últimos períodos políticos en la Argentina, el deporte y la actividad física comenzaron a constituirse como una panacea del comportamiento desviado, y en especial el uso problemático de las sustancias psicoactivas. Pero esta concepción no es propia necesariamente de diversos

discursos políticos, sino también de la sociedad en general, como se evidencia en el artículo de Mario Canessa, titulado *El deporte contra el flagelo de la drogadicción*<sup>3</sup>. La actividad física se concibe como la escaramuza que hará frente al avance de las adicciones entre los jóvenes como también de los comportamientos desviados, para contrarrestar el malestar social que generan. Pero aún más, es la responsable de inculcar normas y valores hegemónicos a la nueva generación, que mejorarán la cohesión, convivencia y cooperación. Pero ¿la actividad física está capacitada para hacerse cargo de estas exigencias? ¿O se concibe como el chivo expiatorio a quien depositar lo negativo, si no funciona lo propuesto?

La actividad física, y más específicamente el deporte, es sólo una práctica cultural, y que como tal, no puede necesariamente salvaguardar a la sociedad de los males que la aquejan (Leiva Benegas, 2017). No se puede crear sobre la misma, expectativas que trascienden sus posibilidades, entendiéndose como una relación conductual de causa-efecto. Piénsese que, si la actividad física concreta *buenos hábitos* de manera exclusiva y exhaustiva, todo el que la haya practicado estaría incluido, por ende, tendría que tener buenos hábitos. No obstante, sobran ejemplos para contrarrestar esta afirmación, que seguramente caerían ante la falacia del consecuente. En este sentido, puede afirmarse que es probable que la actividad física dé buenos hábitos, estimados socialmente. Pero estos también dependen de variables inherentes en cada sujeto, como la familia, grupo de allegados, realidad sociocultural, resiliencia, entre muchos otros. Es decir, que la práctica motriz es una variable más, en un compendio de variables que afectan a cada sujeto, y su razón de ser, se encuentra fundamentada en la cultura y en la sociedad que le da su aval. Esta representación concierne con el telón de fondo de variados padres y autoridades y es inherente a los que se desempeñan profesionalmente en los barrios carenciados de los conurbanos, como también de quienes se desempeñan en lo referente a las adicciones.

### **Representación de la actividad física como recreación y ocupación del tiempo libre**

La actividad física se encuentra inherentemente relacionada con el surgimiento de la especie humana, no únicamente porque media la interacción con el entorno, sino específicamente por su rol en la supervivencia. En este sentido, la actividad física le sirvió históricamente al ser humano para conseguir recursos, para alimentarse y guarecerse. Estas actividades pueden corresponderse

---

<sup>3</sup>Extraído de <https://www.eluniverso.com/deportes/2019/08/17/nota/7474077/final-tunel/>

con la recolección de alimentos, la caza y la pesca, como también, en la confección de refugios y herramientas. Pero concebir únicamente esto como parte de la supervivencia, sería ingenuo, ya que no se reconocería que los recursos no siempre están presentes y que existen lugares que cuentan mayores recursos que otros. A su vez, porque hacer el esfuerzo de conseguir recursos, si otro puede hacerlo. Hobbes (2011) nos dice que en estado natural el hombre tiene causas de riña, señalando que las mismas son “competencia, inseguridad y gloria” (p.129). Estas mismas causas de riña, que las podemos entender como conflicto, conforman parte inherente del ser humano en su estado natural. Dado esto, podemos asociar actividades del orden castrense y bélico al surgimiento de la especie, en torno a lo que la supervivencia refiere.

Pero la supervivencia no basta para entender la complejidad de la actividad física y su concepción, en la medida que “los hombres no se limitan a sobrevivir. Sobreviven en una forma definida. Se reproducen a sí mismos como determinados tipos de hombres y mujeres” (Sahlins, 2006, p.168). En este sentido, las prácticas iniciales del ser humano son agentes que evolucionan en fuentes creadoras de cultura o en palabras de Marx “La «producción y reproducción de la vida» es una exigencia dictada por las necesidades biológicas del organismo humano y a la vez, lo que es más importante, la fuente creadora de nuevas necesidades y capacidades” (Giddens, 1994, p.81). De esta manera, una vez que el ser humano cumple sus necesidades de supervivencia, tiende a buscar actividades que ocupen su tiempo libre y de ocio. Es a partir de este momento en el que surge una nueva cultura física, pero no adherida a una estructura de subsistencia. En gran parte, esto permite comprender por qué las culturas físicas recreativas o de esparcimiento se centraron inicialmente en las clases sociales pudientes (sobre todo los deportes con mayor requerimiento de materiales). La cultura física fue mutando en el transcurso del tiempo, principalmente en los países occidentales, creando una doble razón de ser. Por un lado, existía la continuidad de la supervivencia y por otro lado, un sentido meramente recreativo. La supervivencia continuaba, pero desde otro aspecto, ya no se necesitaba buscar los alimentos sino un bien simbólico (dinero) que abastecía sus alimentos.

La mayoría de los deportes que conocemos en la actualidad deben sus orígenes a la diferenciación social. En otras palabras, la práctica de los deportes con más requerimiento de infraestructura y elementos deportivos se advierte en los sectores más favorecidos económicamente. De hecho, esta consignación de estatus se encontraba en la antigua Grecia, siendo los mayores referentes de las hazañas deportivas hombres libres y de poder adquisitivo,

que tenían esclavos que realizaban sus labores. Asimismo, existen muchos ejemplos de práctica motriz que consignan la diferenciación económica, como el tenis, cricket, pato, golf, entre otros. En referencia a lo planteado y con una estrecha relación marxista, Rigauer (1981) señala sobre el deporte moderno que “No son un sistema autónomo de comportamiento, surgen con numerosas estructuras sociales cuyo origen se inicia en la sociedad burguesa protocapitalista” (citado por Dunning, 2003, p.129).

Pero el deporte como la actividad física no se ostentó inexorablemente en el poderío económico, paulatinamente traspasó este limitante para ampliarse en diferentes estratos sociales, que gradualmente, comenzaron a adquirir un tiempo libre. Saraví Rivière (2012) nos muestra un claro antecedente de lo expuesto haciendo alusión a la introducción del deporte en Argentina, “a donde llegaban los ferrocarriles entre nosotros, llegaban los deportes ingleses” (Saraví Rivière, 2012, p.80). El deporte así, se inmiscuye paulatinamente en las actividades de ocio y de tiempo libre de muchos. Paralelamente, el deporte adquirió más difusión y protagonismo en torno a las necesidades e intereses políticos, que veían en la actividad física una pujante acción para la ocupación del tiempo libre, como asimismo, el desarrollo íntegro del ser humano.

La actividad física como estamento de recreación conlleva la canalización del estrés de la vida diaria y es al respecto, que puede concebirse como una válvula de escape. Aún más, las actividades físicas se conciben desde el divertimento, del ser de otra manera que la realidad, entendiendo como un juego, en el sentido de Huizinga (2010). La actividad física permite desestructurarse, convirtiéndose no sólo en un aspecto lúdico, sino social, donde se convive y se relaciona con los pares. Esto explica en cierto sentido la práctica deportiva de fin de semana que realizan numerosos sujetos, donde la salud puede ser una excusa para una práctica amena que no tiene más fin que la recreación y el divertimento, un salir de la agobiante rutina (Horkheimer y Adorno, 1998).

La representación en torno a la recreación y el ocio, se halla mayoritariamente en los educandos de nivel inicial y primario como también en muchos adultos que realizan un deporte aficionado o amateur. Sin embargo, aunque se dimisce el deporte como divertimento, en muchas ocasiones el mismo trasciende esta concepción para alojarse en lo meramente competitivo. Y justamente, en esta concepción se traslucen el carácter de proezas competitivas de las sociedades antiguas donde la victoria se representa mediante la gloria de alzarse sobre el rival que ha sido despojado de lo

más precioso, el triunfo (Huizinga, 2010). El carácter competitivo de los deportes de espectáculo como también de muchos videojuegos sobredimensiona el triunfo, menoscambiando la derrota. Es al respecto que la Educación Física escolar busca encauzar la competencia acérrima en favor de actividades cooperativas y que predisponen la actividad de todos los educandos y no únicamente de los más dotados.

### **A manera de cierre**

En breves líneas, hemos tratado de dar cuenta sobre las representaciones sociales inherentes a la actividad física. Estas representaciones, si bien son actuales, sus orígenes se remontan con gran anterioridad en el tiempo, cimentándose en el imaginario de la sociedad, algunas más que otras. Y justamente, para que una representación tenga asidero en los sujetos, la misma tiene que tener cierta correlatividad con sus subjetividades, contextos, edad, entre otras cosas. De esta manera, para cierto rango etario la actividad física se representa desde la estética mientras que para otra, desde la calidad de vida. En este punto es necesario destacar, que aunque siempre exista la preponderancia de alguna, siempre están presentes todas, e inclusive se encuentran presentes varias en una misma persona.

Tener en cuenta las representaciones que subyacen en la actividad física permite dilucidar la razón de ser a nivel social de las mismas, en otras palabras, nos permite saber qué espera la sociedad de nuestra actividad. Si bien la actividad física conlleva un trasfondo orgánico, por lo alojado en las representaciones, entendemos que lo trasciende y con creces. Así también, entendemos que es necesario desmitificar algunas representaciones excesivas, como la de remediar el flagelo de la droga. En su misma medida, es necesario encauzar las representaciones inherentes a la estética corporal, ya que estas pueden generar comportamientos nocivos para la salud, como es el caso de la vigorexia. Para terminar, es necesario dar cuenta de la representación de rendimiento, que si bien no aparece en nuestros relevamientos, es probable –por sondeos realizados–, que aparezca en personas que se dedican profesionalmente a una actividad física competitiva o castrense, donde esta característica es el leitmotiv.

## Referencias bibliográficas

- Anderson, P. (2014). “Mens sana in corpore sano”: deportismo, salud y feminidad en Argentina, 1900-1945 Scharagrodsky, P. (compilador) (2014) *Miradas medicas sobre la cultura física en Argentina 1880-1970*. Buenos Aires: Prometeo Libros.
- Ausubel, D. (2009). *Adquisición y retención del conocimiento. Una perspectiva cognitiva*. España: Editorial Paidós.
- Barrancos, D. (2011). Ideas sociales en cuerpos sanos (*Argentina, 1920- 1930*); en el compilado de Scharagrodsky Pablo (2011) *La invención del “homo gymasticus”: fragmentos históricos sobre la educación de los cuerpos en movimiento en occidente*. Buenos Aires: Prometeo Libros.
- Díaz, E. (2014). *La sexualidad y el poder*. Buenos Aires: Prometeo Libros.
- Dunning, E. (2003). *El fenómeno deportivo. Estudio sociológico en torno al deporte, la violencia y la civilización*. Barcelona, España: Editorial Paidotribo.
- Eco, U. (2015). *Historia de la Belleza*. China: Debolsillo.
- Giddens, A. (1994). Cap. III: Las relaciones de producción y la estructura clasista, en *El capitalismo y la moderna teoría social*. Pp. 81-96., V edición, Barcelona: Labor.
- Habermas, J. (1999). *Teoría de la acción comunicativa I. Racionalidad de la acción y racionalización social*. España: Taurus Humanidades.
- Hobbes, T. (2011). *Leviatán*. Losada: Buenos Aires.
- Horkheimer, M. y Adorno, T. W. (1998). *Dialéctica de la Ilustración*. Madrid: Editorial Trotta.
- Huizinga J. (2010). *Homo ludens*. España: Alianza Editorial.
- Kassin, S., Fein, S. y Markus, H. R. (2010). *Psicología Social*. México: Artgraph.
- Kardaras, N. (2016). *Glow Kids: How Screen Addiction is Hijacking our kids*, St. Martin Press, NYC.
- Kessler, G. (Coordinador). Bermúdez, N., Binstock, G., Cerrutti, M., Pecheny, M., Piovani, J. I., Wilkis, A. (2020). *Relevamiento del impacto social de las medidas del Aislamiento dispuestas por el PEN. Comisión de Ciencias Sociales de la Unidad Coronavirus COVID-19 (MINCYT-CONICET-AGENCIA)* para el Ministerio de Ciencia, Tecnología e Innovación de la Nación Argentina.

- Konstantinov, N. A., Medinski, E. N. y Shabaeva, M. F. (1984). *Historia de la Pedagogía*. Buenos Aires: Editorial Cartago.
- Leiva Benegas, S. (2017). Acercamiento reflexivo del signo y significante de la Educación Física. *12º Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 13 al 17 de noviembre 2017*, Ensenada, Argentina. Educación Física: construyendo nuevos espacios. EN: Actas (2017). Ensenada: Universidad Nacional de La Plata. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.
- Leiva Benegas, S. (2018). *La Sobrecarga, fundamentos sociales y culturales para la teoría de una de las manifestaciones actuales de la actividad física, utilizada en la construcción de una identidad corporal* (Tesis de maestría). Maestría en Metodología de la Investigación Científica, Departamento de Humanidades y Artes, Universidad Nacional de Lanús.
- Leiva Benegas, S. J. (2022). *Construcciones simbólicas de la actividad física en adolescentes escolarizados* (Tesis de Doctorado). Doctorado en Humanidades, Departamento de Posgrado, Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional de Tucumán, Tucumán Argentina
- Leiva Benegas, S. J. (2023). *Repercusiones de la pandemia por COVID-19 en la educación física. Condicionamientos, contenidos y representaciones en el nivel primario*. (Tesis de Maestría). Maestría en Educación, Universidad Nacional de Quilmes, Bernal, Argentina.
- López Chicharro J. y Fernández Vaquero A. (2003). *Fisiología del ejercicio*. España: Editorial Medica Panamericana.
- López, M. (2009). *Documento base modulo I “Actividad física y calidad de vida”* de la Maestría en actividad física y calidad de vida, Facultad de Educación Física, Universidad Nacional de Tucumán.
- Manno, R. (1999). *El entrenamiento de fuerza, bases teóricas y prácticas*. Barcelona, España: Editorial INDE.
- Rigauer, B. (1981). *Sport and Work*. Nueva York: Columbia University.
- Sahlins, M. (2006). *Cultura y razón práctica. Contra el utilitarismo en la teoría antropológica*. Barcelona: Gedisa.
- Santa Biblia (1998). *Sociedades Bíblicas Unidas*. Brasil: Reina- Valera.
- Saraví Rivièr, J. A. (2012). *Historia de la Educación Física Argentina*. Buenos Aires: Libros del Zorzal.

Scasserra, S. (2020). Derecho a la desconexión en *Revista Anfibia*. Universidad Nacional de San Martín. San Martín, Buenos Aires, Argentina - ISSN 2344-9365. Recuperado de <http://revistaanfibia.com/>

Scharagrodsky, P. (2011). El discurso médico y su relación con la invención del oficio de educador físico: entre la heteronomía solapada y la autonomía vigilada (Argentina, 1901-1931) Scharagrodsky, P. (compilador) (2011). *La invención del "homo gymasticus": fragmentos históricos sobre la educación de los cuerpos en movimiento en occidente*. Buenos Aires: Prometeo Libros.

Zukerfeld, R. (2005). Calidad de vida y vulnerabilidad en obesidad y patologías cardiovascular en D'Alvia, R. (com.). (2005). *Calidad de vida: la relación bio-psico-social del sujeto*. Buenos Aires: Lugar Editorial.