

# ACTIVIDAD FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTE EN LA CALIDAD DE VIDA DE UN GRUPO DE MUJERES DE LA RECLUSIÓN NACIONAL DE MUJERES DE BOGOTÁ "EL BUEN PASTOR"

## PHYSICAL ACTIVITY, RECREATION AND SPORTS RELATED TO LIFE QUALITY OF A GROUP OF WOMEN OF THE NATIONAL RECLUTORY "EL BUEN PASTOR" BOGOTÁ"

Ricardo Duarte Bajaña<sup>1</sup>  
Nelly Cáliz<sup>2</sup>

### RESUMEN

Se analizó la calidad de vida de un grupo de mujeres de la Reclusión Nacional de Mujeres de Bogotá "el Buen Pastor", reconociendo como factor fundamental la percepción de bienestar o de malestar de las mujeres, sujeto de estudio en escenarios deportivos y la influencia de la actividad física, la recreación y el deporte sobre esta condición. El método utilizado fue la Investigación-Acción. La herramienta aplicada fue la entrevista, estructurada y diseñada con el fin de profundizar sobre los datos recogidos en la observación y el diario de campo, instrumento que permitió un monitoreo permanente del proceso de observación. En cuanto a la organización, análisis e interpretación de la información, ésta se realizó en el marco de la teoría de Desarrollo a Escala Humana, de Manfred Max Neef.

Los resultados alcanzados plantean premisas como que el deporte promueve la agresividad, las luchas de poder y las actitudes destructivas que en el contexto de la cárcel, se pueden constituir en factores negativos. Sin embargo, si el instructor adopta el deporte desde una perspectiva recreativa no tecnificada puede generar entusiasmo y motivación en las internas. Las actividades recreativas fomentan la integración y la solidaridad y la actividad física se puede constituir en un factor protector en salud.

Palabras clave: Calidad de vida, recreación, deporte, actividad física, cárcel.

### SUMMARY

The quality of life of a group of women of the National Women Reclutory "El Buen Pastor", Bogotá has been analyzed, recognizing as fundamental factor the perception of well-being or malaise of the women, object of the study, in sport scenes and the influence of the physical activity, the recreation and the sport on this condition. The method used was research-action. As tool structured interviews, designed with the purpose of deepening on the data gathered in the observation were applied. The organization, the analysis and the

<sup>1</sup> Licenciado en Educación Física. Especialista en Comunicación – Educación. rduarte@udca.edu.co

<sup>2</sup> Enfermera. Magíster en Psicología Comunitaria. Docente instructor U.D.C.A. ncaliz@udca.edu.co

Dirección para correspondencia: Calle 222 N 54-37 Bogotá, D.C.,

interpretation of the information is made within the framework of the theory of Human Scale Development of Manfred Max Neef. The results obtained raise premises such as the sport promotes the aggressiveness, fight of power and destructive attitudes, which in the context of jail can create negative factors. Nevertheless if the instructor adopts sports from a not technical, but recreational perspective, he can generate enthusiasm and motivation in the inmates. The recreational activities foment integration and solidarity, and physical activity can constitute a protective health factor.

Key words: Quality of life, recreation, sport, physical activity, jail

## INTRODUCCIÓN

Esta investigación tuvo como propósito indagar sobre la calidad de vida de un grupo de mujeres de la Reclusión Nacional de Mujeres "el Buen Pastor", de la ciudad de Bogotá, Colombia, reconociendo como factor fundamental, la percepción de bienestar o de malestar de las mujeres, sujeto de estudio en escenarios deportivos y la influencia de la actividad física, la recreación y el deporte sobre esta condición.

Investigaciones que analicen la influencia de la actividad física, la recreación y el deporte o uno solo de estos criterios en la calidad de vida de un grupo de mujeres dentro de una cárcel, no se han realizado. Existen investigaciones que tienden a establecer la frecuencia y/o las causas de determinadas enfermedades dentro de reclusiones penitenciarias (Soto *et al.* 1979; Cravio *et al.* 2003).

Analizar la calidad de vida de una sociedad significa analizar las experiencias subjetivas de los individuos que la integran y la percepción que ellos tienen de sí mismos dentro de ella. Exige, en consecuencia, conocer cómo viven los sujetos, cuáles son sus condiciones objetivas de existencia y qué expectativas de transformación de estas condiciones tienen y evaluar el grado de satisfacción que consiguen (Restrepo & Málaga, 2001).

En este sentido, se ha venido planteando la crisis de la sanción carcelaria. Contrario a lo que ocurría dieciocho siglos atrás en donde existía la "cárcel custodia", es decir, un escenario en donde se espera el castigo

penal, desde el siglo XVI la sanción penitenciaria es en sí misma el castigo penal. Esto ha ocasionado que en la época actual se comprenda que muchas de las personas retenidas en centros penitenciarios tengan sensaciones de abandono social, una tremenda soledad vital y desasosiego, impotencia y miedo a lo inesperado. Estas personas, se sienten un número más, profundamente despersonalizadas (García, 1974).

Desde esta mirada la teoría de Desarrollo a Escala Humana, Max-Neef (2000), propone que el desarrollo se refiere a las personas y no a los objetos y el mejor proceso de desarrollo será aquel que permita elevar la calidad de vida de las personas. La calidad de vida dependerá de las posibilidades que tengan las personas de satisfacer adecuadamente sus necesidades humanas fundamentales, las cuales se deben entender como un sistema en el que las mismas se interrelacionan e interactúan desde su doble función: carencia y potencialidad.

Se combinan dos criterios posibles para comprender las necesidades: las categorías existenciales y las categorías axiológicas. Esta combinación permite operar una clasificación que incluye, por una parte, las necesidades del ser, del tener, el estar y el hacer; y, por la otra, las necesidades de subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad (Max-Neef, 2000). Para cada una de estas necesidades existe un sistema de satisfactores. No se registra correspondencia biunívoca entre necesidades y satisfactores. Un satisfactor puede contribuir simultáneamente a la satisfacción de diversas necesidades o a la inversa, una necesidad puede requerir de diversos satisfactores para ser satisfecha.

Max-Neef concluye que las necesidades humanas fundamentales son finitas, pocas y clasificables y que éstas son las mismas en todas las culturas y en todos los períodos históricos. Lo que cambia, a través del tiempo y las culturas, es la manera o los medios utilizados para la satisfacción de las necesidades.

Para analizar la relación entre calidad de vida y deporte es imprescindible comprender el deporte como un proceso histórico, el fenómeno deportivo no es un hecho aislado, sino una parte constitutiva y fundamental de nuestra cultura (Brohm, 1982; Diem, 1966; Mandell, 1986; Dunning, 1992).

El deporte apoya y fortalece las formas de pensar, de ser y de comportarse del ser humano y de las poblaciones. En este sentido, el fenómeno deportivo apunta a las necesidades humanas y crea un marco para su desarrollo. Por ejemplo, según la ley 181 de 1995 el deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre en Colombia, son elementos fundamentales de la educación y los factores básicos en la formación integral de la persona. Ellos se rigen bajo seis principios: Universalidad, Participación Comunitaria, Participación Ciudadana, Integración Funcional, Democratización y Ética Deportiva, principios fundamentales para la vivencia de las necesidades y del desarrollo de la calidad de vida en los términos anteriormente expuestos. Sin embargo, el imaginario cultural fluye con una visión del deporte que tiende más hacia la modernidad que a la calidad de vida, es decir, se privilegian, entre otros aspectos, la competencia que exalta al fuerte y aparta al débil, el rendimiento más que la participación, la ruptura de records más que la integración (Brohm, 1982; Dunning, 1992; Meynaud, 1972; Bordieu, 2000).

En este sentido, el deporte es un microcosmos, una miniatura de la sociedad humana. Concebido como práctica de clase, con un carácter recreativo y amateur, su crecimiento y su popularización en el seno de la sociedad industrial tuvo lugar incorporando los valores, actitudes y formas predominantes de entender la vida en dicha sociedad (Brohm, 1982, Mandell, 1986, Bordieu, 2000). Resulta evidente que dentro de una sociedad competitiva, productiva y tecnológica, el deporte y la actividad física se transforman permanentemente, buscando una mayor eficiencia corporal, una mayor producción, lo cual conduce, como lo plantea Foucault (1996), a la disciplina del cuerpo.

La ley 181, capítulo 1, artículo 5 de la Constitución Política de Colombia, aclara que la recreación es un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano, para su realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.

Así mismo explica, que dentro de las leyes colombianas el tiempo libre es el uso constructivo que el ser humano hace de él, en beneficio de su enriquecimiento personal y del disfrute de la vida, en forma individual o colectiva. Tiene como funciones básicas el descan-

so, la diversión, el complemento de la formación, la socialización, la creatividad, el desarrollo personal, la liberación en el trabajo y la recuperación psicobiológica (Osorio, 2000).

## MATERIALES Y MÉTODOS

Esta investigación se enmarcó al interior del enfoque cualitativo, el cual hace una aproximación global de las situaciones sociales para explorarlas, describirlas y comprenderlas de manera inductiva. Esto supone, que los individuos interactúan con los otros miembros de su contexto social compartiendo el significado y el conocimiento que tiene de sí mismo y de su realidad (Boladeras, 2000). El método utilizado fue la Investigación-Acción (Salazar, 1997; Fals Borda, 1988).

Las herramientas utilizadas en la recolección de la información fueron: la observación participante, registrada en diarios de campo, las acciones de las internas en su cotidianidad y entrevistas estructuradas, diseñadas para profundizar sobre los datos recogidos en la observación. Lo anterior, se llevó a cabo durante el primer semestre del año 2003, por medio de parámetros de observación referenciados desde la matriz de necesidad y de satisfactores de Max-Neef.

La Reclusión Nacional de Mujeres "El Buen Pastor" cuenta con un promedio de 1013 mujeres en total, las cuales se clasifican en Condenadas con una población de 546 internas (53,9%) y Sindicadas, 467 (43,04%). La población de la cárcel, se considera una población fluctuante, por cuanto su número total se ve afectado permanentemente por trámites de remisión, finalización de condenas u otros procesos dados por la condición de sindicadas de algunas de las mujeres. La población interna tiene un rango de edad de 18 a 75 años. De este universo, se contactó un grupo de 85 mujeres, pertenecientes a los programas implementados por la Subdirección de Tratamiento y Desarrollo: promoción y prevención integral y formación y capacitación.

La implementación de los programas de deporte, recreación y cultura del INPEC se realizó durante el segundo semestre del 2003, desde el día 30-Julio-2003 hasta el 24-October-2003 y las actividades desarrolladas fueron: Deporte, Actividad Física y Recreación. En el primer programa se tuvieron en cuenta depor-

tes grupales e individuales, tales como tenis de mesa, voleibol, fútbol de salón, baloncesto y ajedrez. Dentro de la Actividad Física se ejecutaron operaciones de acondicionamiento físico tendientes a trabajar los aspectos de tono muscular, resistencia cardio-vascular, flexibilidad y elasticidad y coordinación básica y, para el programa de Recreación, se implementaron actividades de participación colectiva, tales como elaboración juegos tradicionales y un súper-Match. Durante el primer semestre del 2004 se realizó una observación participativa con las mismas características de la realizada en el 2003.

La metodología de análisis, se estructuró desde la perspectiva del Desarrollo a Escala Humana de Manfred Max-Neef, identificando para el estudio categorías analíticas, tales como:

- Necesidades humanas: referidas al ser de las personas, a su condición existencial, carencias y potencialidades humanas de orden individual y colectivo.
- Satisfactores: relacionados con todo aquello que por representar formas de ser, tener, hacer y estar de carácter individual y colectivo contribuyen a la realización de necesidades humanas.
- Bienes económicos: considerados como aquellos medios, objetos y artefactos que permiten la eficiencia de un satisfactor, alterando así el umbral de actualización de una necesidad ya sea en sentido positivo o negativo.

La matriz de necesidades y satisfactores, desde la cual se recolectó y se analizó la información, establece condiciones existenciales del ser, referidas a atributos personales ó colectivos, del tener, relacionado con instituciones, normas, mecanismos, estrategias y leyes, del hacer que contemplan las acciones personales o colectivas expresadas en verbos. Además incluye la necesidad existencial del estar, la cual referencia ubicaciones o entornos de tiempo y espacio. Las necesidades de orden axiológico, como la subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad tienen un carácter social-universal, en tanto su realización es deseable en todo ser humano y su inhibición resulta indeseable.

El análisis de los satisfactores se hizo desde las siguientes categorías:

- Destruidores: estos son de efecto paradójal, al ser aplicados con la intención de cumplir una determinada necesidad eliminan la posibilidad de su complacencia en un plazo mediano e imposibilitan por efectos colaterales, la satisfacción adecuada de otras necesidades.
- Pseudo – satisfactores: son los elementos que estimulan una falsa sensación de satisfacción de una necesidad determinada.
- Inhibidores: son aquellos que por el modo en que satisfacen una necesidad, dificultan la posibilidad de aplacar otras necesidades.
- Singulares: apuntan a la complacencia de una sola necesidad siendo neutros respecto a la satisfacción de otros requerimientos; su principal atributo es ser institucionalizados.
- Sinérgicos: son aquellos que por la forma en que satisfacen un requisito, estimulan y contribuyen a la complacencia simultánea de otras necesidades.

Los satisfactores correspondientes a las primeras cuatro categorías, por ser habitualmente institucionalizados e impuestos, son en alto grado exógenos a las dinámicas propias de un grupo social o comunidad. La última categoría en cambio, revela procesos de actos volitivos que se impulsan por la comunidad desde abajo hacia arriba.

En el contexto de la reclusión y con el grupo de mujeres, la matriz de necesidades, satisfactores y los bienes económicos, se analizaron teniendo en cuenta las siguientes consideraciones:

- Percepción de bienestar y satisfacción de cada una de las internas en un contexto general al interior de la reclusión y posteriormente como participantes de los programas de condición, recreación y deporte ofrecidos por la U.D.C.A.
- Identificación de los satisfactores aplicados de orden institucional y aquellos propios de la dinámica social y cultural de las internas al interior de la cárcel.

- El comportamiento de cada uno de los satisfactores utilizados por parte de las internas en la realización de sus necesidades antes y después de la aplicación de los programas de actividad física, deporte y recreación, tomando como referencia la tipificación.
- La aplicación de los satisfactores desde la condición existencial del ser, tener, hacer y estar de cada una de las internas.

Tanto la organización como el análisis de la información, se hacen de manera conjunta a través de la matriz, reconociendo procesos individuales de las internas y su participación en situaciones grupales.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la tabla 1, se muestran desde la percepción de las internas, los satisfactores negativos y positivos con los cuales ellas realizan y actualizan sus necesidades, evidenciando en las necesidades existenciales del tener, el hacer y el estar, estructuras institucionales que ofrecen un mínimo de condiciones de vida digna para el bienestar de las mismas. Sin embargo, en lo referente a la necesidad existencial del ser, las internas si bien muestran disposición para adaptarse a su situación vital actual, existen prácticas y estilos de vida que expresan ansiedad e inconformidad a la misma, generando procesos de autodestrucción y dificultades en la convivencia, además de rupturas frente a la oferta institucional.

Tabla 1. Primera matriz de necesidades y satisfactores

NECESIDADES SEGÚN CATEGORÍAS AXIOLÓGICAS	NECESIDADES SEGÚN CATEGORÍAS EXISTENCIALES			
	Ser	Tener	Hacer	Estar
Subsistencia	Ansiedad, stress, intranquilidad, adicción al alcohol y a sustancias psicoactivas.	Seguridad alimentaria, Seguridad social, legislación, derechos, situación de enfermedad, lugar donde dormir	Descansar	Condiciones para descansar
Participación	Adaptabilidad, disposición	Derechos, responsabilidad, obligaciones, trabajo	Cooperar	Ámbitos de interacción
Entendimiento	Receptividad, conciencia crítica, aprendizaje de cosas nuevas, desconfianza	Profesores	Estudiar	Programas de educación formal y no formal
Ocio	Sedentarismo, receptividad, imaginación	Juegos, espectáculos, fiestas	Jugar, divertirse, competir	Campeonatos, gimnasio, canchas, elementos deportivos
Creación	Pasión, voluntad, imaginación, curiosidad	Habilidades, destrezas	Trabajar, diseñar, interpretar, idear	Ámbitos de producción, talleres
Identidad	Agresividad	Orientación sexual, normas, valores, roles	Actualizarse, crecer	Talleres de crecimiento personal
Protección	Agresividad, autodestrucción, deseo de cuidarse a través de la actividad física	Seguridad social, legislación, derechos	Prevenir	No se identificaron satisfactores
Afecto	Tolerancia, receptividad, voluntad	Visitas Conyugales y familiares	Expresar emociones, compartir	No se identificaron satisfactores
Libertad	Privación	Proceso legal	Aplicación de los derechos ciudadanos de defensa	Cárcel

Hallazgos similares establece García (1974) en su libro *Hombres y Cárceles, Historia y Crisis de la Privación de la Libertad*. Situación que se explica y profundiza por López (2003) en su investigación "Sistema Progresivo

Penitenciario Alternativo: Un modelo de intervención para el sistema penitenciario colombiano". El autor describe los efectos de la prisionalización, concluyendo que en las condiciones en que se hallan los centros

carcelarios de las regionales Noreste y Viejo Caldas, la reclusión implica para internas(os) y para sus familiares, además de una vivencia de sufrimiento emocional, la pérdida en muchos casos de un derecho humano inalienable, como el de la dignidad. En conclusión, la prisionalización para ellos y el sentimiento de aflicción que tienen por efecto del encerramiento en un espacio socialmente estigmatizado, los lleva a percibir esta situación como castigo emocional con un fuerte poder aniquilador.

También se observa dentro de la tabla 1, el carácter social-universal de las necesidades axiológicas, en las mujeres sujeto de estudio. Para cada una de ellas resulta imprescindible y deseable su realización y desarrollo humano. Se pueden identificar satisfactores destructores como la ansiedad, el stress, la agresividad, la autodestrucción, pseudo-satisfactores, entre ellos la adicción al alcohol y sustancias psicoactivas, inhibidores como la desconfianza y singulares logrados por cada uno de los bienes económicos ofertados por la Cárcel, como seguridad alimentaria, seguridad social, actividad deportiva, profesores y normas.

Como satisfactores sinérgicos se observa la adaptabilidad, la receptividad, la imaginación, la curiosidad, el jugar, el divertirse, el aprendizaje, la voluntad, el estudiar, el expresar emociones, el compartir y los talleres.

El comportamiento de los satisfactores en la actualización y realización de las necesidades existenciales del ser, tener, hacer y estar presentan características similares que las reportadas en la teoría, pues la ansiedad, el stress, la adaptabilidad, la pasión, la curiosidad y todas las demás ubicadas en la categoría del ser para cada una de las necesidades axiológicas referencian atributos de orden individual y colectivo. De igual manera, para los satisfactores que posibilitan la necesidad existencial del tener como seguridad alimentaria, seguridad social, juegos, espectáculos, entre otros están relacionados con normas, mecanismos, estrategias o leyes.

Descansar, cooperar, trabajar, interpretar, expresar dentro de la necesidad existencial del hacer representan verbos y acciones de carácter individual o colectivo. Por último, en la necesidad existencial del estar, con satisfactores como ámbitos de interacción, gimnasio, descansar, entre otros, materializan ubicaciones de tiempo y de espacio.

En la implementación de los tres programas (tabla 2) se observa que las internas no se interesan en el conocimiento deportivo tecnificado, ni tampoco en adquirir habilidades y destrezas en los deportes, este se constituye en un espacio de encuentro, conversación y juego con sus compañeras. Esta actividad, se muestra como un facilitador y promotor de la actitud competitiva. En este sentido, el deporte se configura como parte de un tejido dinámico y dialéctico en donde la interacción de experiencias humanas permite procesos de cambio y transformación (García, 1998).

Es interesante observar cómo los juegos penitenciarios y carcelarios 2003 – 2004, realizados en la Reclusión Nacional “El Buen Pastor” en Bogotá D.C., adquieren un significado trascendental para ellas, son momentos de contacto con el exterior y formas de visibilizar públicamente su deseo por no estar reclusas en un centro penitenciario.

La actividad física, trabajada desde el gimnasio, los aeróbicos y las coreografías de las porras, muestran cómo las internas se centran en su cuerpo desde lo estético y ello representa una motivación. También se observa resistencia a las pruebas de medición, teniendo relación con la resistencia al conocimiento y a la adquisición de habilidades y destrezas tecnificadas con relación al deporte. La competitividad se da en la medida en que ellas comparan sus cuerpos con los de sus compañeras y la dificultad en establecer acuerdos para las coreografías. Las actividades de recreación facilitan y promueven en las internas el entusiasmo colectivo, la integración y las expresiones de alegría.

La segunda matriz de necesidades y satisfactores (tabla 3) muestra una percepción distinta, por parte de las internas, frente a las condiciones de vida al interior de la cárcel, se observa un mayor número de satisfactores destructores e inhibidores. Si bien los bienes económicos siguen siendo los mismos, seguridad alimentaria, seguridad social en salud, abrigo, programas ocupacionales, deportivos y de formación, desde la percepción de bienestar de las internas, el comportamiento de éstos en la aplicación de los satisfactores dieron un giro en sentido negativo, resultado posiblemente por: la mayor interacción y entorno de confianza entre los investigadores y el grupo de internas, la capacidad de expresión, satisfactor que se mostró permanentemente durante el desarrollo de la investigación y, por último, el

Tabla 2. Implementación de programas

PROGRAMA	ACTIVIDAD	ASISTENTES PROMEDIO	DESCRIPCIÓN	RESPUESTA INTERNAS
Deporte	Baloncesto	12	Carácter instructivo, promueve adquisición de habilidades psicomotrices y conocimiento técnico	Mujeres no se interesan en lo técnico sino en el juego. Después de la 6° sesión de entrenamiento las internas muestran mejoramiento en la técnica individual y trabajo en equipo.
	Fútbol	15	Carácter instructivo, promueve adquisición de habilidades psicomotrices, conocimiento técnico y la integración.	Mayor interés en el juego que en la técnica. Espacio para el encuentro, conversación y reconocimiento. Motiva la competencia no la técnica.
	Tenis de Mesa	13	Carácter instructivo, promueve adquisición de habilidades psicomotrices, conocimiento técnico.	Espacio de encuentro para la conversación, el conocimiento del otro.
	Voleibol	15	Carácter instructivo, promueve adquisición de habilidades psicomotrices, conocimiento técnico. Conformación equipo y organización de partidos	Mayor interés en el juego que en la técnica.
	Ajedrez	18	Promueve el desarrollo mental, la resistencia física con relación al tiempo	
	Juegos penitenciarios y carcelarios	1000	Actividad definida en tiempo y espacio, el propósito mostrar resultados del proceso de entrenamiento con cada uno de los deportes, ante todas las internas, directivas, invitados (personalidades de la farándula y el deporte nacional), medios de comunicación (RCN, Caracol)	Sentimientos de felicidad por la magnitud y característica del evento para el exterior de la institución. Sentimientos de tristeza en añoranza por la libertad
Actividad física (condición)	Gimnasia Aeróbicos Porras	18	Tuvo dos propósitos: · Identificar condiciones físicas de las internas según parámetros de normalidad. Sincronización y armonía en los movimientos. · Actividad de relajación, con el objetivo de disminuir el nivel de stress de las internas. Las herramientas utilizadas fueron masaje corporal y música suave	Representación social del cuerpo desde lo estético, situación que entusiasma a las internas para el desarrollo de estas actividades. Posturas de comparación frente a las otras compañeras. Desacuerdos y desencuentros en las actividades de coreografía. Resistencia frente a las mediciones. Para las actividades de relajación las internas expresaron confianza, tranquilidad, vergüenza y nerviosismo entorno a la exposición del cuerpo y el contacto físico.
Recreación		20	Tuvo tres enfoques: · Intercambio cultural entre regiones y países: bailes, vestidos · Juegos populares · Arreglo y decoración escenarios deportivos	Entusiasmo, integración, motivación movilizada por los premios.
	Súper match	100	Actividad definida en tiempo y espacio, las internas participan en juegos populares cuyo propósito es la diversión. Asistieron las directivas de la reclusión.	Las internas se mostraron contentas y divertidas

proceso continuo, dinámico e histórico de la compleja relación entre las necesidades, los satisfactores y los bienes económicos en el marco del desarrollo humano de individuos y colectivos. El ritmo y los tiempos de

cambio en este complejo de relaciones está determinado para las mujeres de la cárcel, por la condición de internas penitenciarias y las características propias en tiempo y espacio que se viven en un lugar como éste.

Tabla 3. Segunda matriz de necesidades y satisfactores

NECESIDADES SEGÚN CATEGORÍAS AXIOLÓGICAS	NECESIDADES SEGÚN CATEGORÍAS EXISTENCIALES			
	SER	TENER	HACER	ESTAR
SUBSISTENCIA	Consumo de cigarrillo y sustancias psicoactivas Ansiedad	Abrigo, alimentación Hacinamiento	Dormir el único descanso	Condiciones para descansar son poco cómodas. humedad en la época de invierno
PARTICIPACIÓN	Adaptabilidad Resignación, obligatoriedad	Actividades ocupacionales – laborales, campo restringido no hay oferta para todas. Rebaja en las penas	Actitud de cooperación e insolidaridad	Ámbitos de interacción, diversidad cultural y social
AFECTO	Actitudes de tolerancia, receptividad y voluntad Miedo a la soledad.	Capacidad para expresar emociones y compartir	Espacios y momentos para expresar los sentimientos.	Espacios para expresar los sentimientos
ENTENDIMIENTO	Actitud de receptividad para el aprendizaje Actitud de desconfianza Actitud de resistencia en momentos de instrucción. Diferencias entre los patios sexto y el general en cuanto a la necesidad de información y formación	Políticas de educación Profesores. Nivel educativo alto por parte de algunas internas. No existen políticas de educación superior	Actividades de estudio básico, no hay oferta de educación superior	Programas de educación formal y no formal. Restricción para el patio sexto por su alta seguridad. Estos programas son escasos para toda la población carcelaria
PROTECCIÓN	Actitudes agresivas de autodestrucción y rivalidad, expresadas a través de los deportes que requieren contacto físico	Afiliación a un servicio de salud	Prácticas preventivas en salud	Programas en salud preventivos
OCIO	Prácticas de sedentarismo Prácticas recreativas	Juegos, espectáculos y fiestas	Jugar, diversión en actividades recreativas y competencia generado por el deporte	Escenarios e implementos deportivos
CREACION	Aptitudes creativas	Habilidades y destrezas en la práctica deportiva. También actitudes destructivas se observan en ella Actividades rutinizadas	Actividades ocupacionales Actividades competitivas como ejercicio de poder	Ámbitos de producción, talleres
IDENTIDAD	Actitudes y prácticas agresivas. Lesbianismo	Prácticas sexuales Valores. Poca oferta espacios de reflexión sobre valores y dinamización cultural	Cursos de formación y capacitación para actualización. No hay acceso a bibliografía actualizada	Talleres de crecimiento personal que requieren de mayor continuidad y cobertura
LIBERTAD	Inexistencia de privacidad	Proceso legal	Aplicación de los derechos ciudadanos de defensa	Cárcel

Por otro lado, López (2003) afirma que una representación social que comparten los (las) internos (as) es verse como "seres carentes". Los (las) internos (as) se ven de esta manera en relación con su vivencia de pérdida que

tocan con la familia, las posibilidades laborales, el reconocimiento social en términos de igualdad y la propia autoestima. Ellos (as) insisten en que la causa de estas pérdidas es la falta de recursos de todo tipo, que se tra-



duce en ausencia de satisfactores para sus necesidades existenciales y axiológicas y destacan entre esas necesidades el espacio habitacional, la atención en salud y el trato digno por parte de otros actores.

Se identifican en este tercer momento satisfactores destructores distintos como el miedo a la soledad, el hacinamiento, la insolidaridad, la rivalidad, la inexistencia de políticas de educación superior, los limitados espacios de reflexión sobre valores éticos y dinamización cultural.

Según López (2003), la condición de hacinamiento se traduce en la carencia absoluta del espacio vital, necesario para la existencia de cualquier ser humano y atraviesa todo el funcionamiento del Sistema Progresivo Penitenciario. El hacinamiento afecta de manera especial las oportunidades que se puedan dar para el estudio, el trabajo y además la atención y el trato entre los actores de la prisionalización, tanto lo que recibe el interno (a), como lo que el interno (a) pueda brindar a los demás.

En el marco del desarrollo de los programas de actividad física, recreación y deporte, observamos que este último promueve satisfactores negativos y destructivos como la rivalidad y actitudes agresivas. La competencia genera luchas de poder que, en el contexto de la cárcel como centro de reclusión penitenciario y desde la condición social y personal de cada una de las internas, pueden potenciar la agresividad, al igual que la insolidaridad, otro satisfactor identificado en esta segunda matriz.

Es posible que el miedo a la soledad, no tenga una relación directa con la situación anterior, sin embargo, ante la rivalidad, la agresividad y la insolidaridad, este temor se agudiza aún más. Es preciso aclarar que sobre este punto no se profundizó.

Los satisfactores de carácter destructor restantes, se relacionan con una oferta institucional limitada frente a las aspiraciones y las demandas de una población que muestra desarrollos socio-culturales y niveles educativos distintos. Estos no guardan íntima relación con el desarrollo de los programas, más allá de la capacidad de expresión que en ellos se pueda facilitar. Los satisfactores sinérgicos identificados fueron: la diversidad cultural y social, los programas y las

prácticas preventivas en salud, prácticas recreativas y aptitudes creativas.

Estableciendo la relación con el desarrollo de los programas, se observa que durante su implementación, las internas mostraron mayor interés en el juego, la actividad física y las actividades de relajación; expresaron entusiasmo y motivación para las actividades recreativas, a través de las cuales se promovieron procesos de integración.

Estas condiciones, las prácticas recreativas y las aptitudes creativas posibilitaron la generación de satisfactores sinérgicos. Además de actualizar las necesidades de ocio y creación respectivamente, generaron condiciones de realización para otras necesidades, como la participación a través de actitudes de cooperación, el afecto, desde la categoría existencial del hacer (Tabla 3) y protección con el ejercicio de prácticas preventivas en salud. De igual manera, la aptitud creativa guarda íntima relación con la actitud de receptividad para el aprendizaje, satisfactor sinérgico que posibilita la actualización de la necesidad de entendimiento, desde la categoría existencial del ser, identificado en la primera y segunda matriz.

Como satisfactores inhibidores, se observan el dormir como único descanso, condiciones incómodas para esta actividad, resignación, obligatoriedad y actitud de resistencia en momentos de instrucción.

Desde la implementación de los programas, los tres últimos satisfactores se promueven y se potencian en la medida en que las internas identifiquen el deporte como un espacio tecnificado y del que ellas manifestaron no tener ningún interés.

En la trama de relaciones, entre necesidades y satisfactores, se observa que las de carácter axiológico como subsistencia, participación, identidad y entendimiento se encuentran afectadas por la aplicación de satisfactores inhibidores y destructores.

Por último, las necesidades de ocio, de creación y de afecto son las que presentan un mayor número de satisfactores sinérgicos. Según se observa, la implementación de los programas de actividad y de recreación actúan como facilitadores y promotores de dicho proceso.

## CONCLUSIONES

El deporte per se, entendido como se explicó en la introducción, promueve la agresividad, luchas de poder y actitudes destructivas. Lo que se privilegia es el ansia de primar que subyace al ánimo de los participantes, en este sentido, el deporte es un escenario en donde se lucha por ser el más fuerte, el mejor, intentando pasar por encima de los demás. En el contexto de la cárcel este fenómeno puede constituirse en un factor negativo, promoviendo satisfactores destructores e inhibidores. Sin embargo, si el instructor adopta el deporte desde una perspectiva recreativa y no tecnificada puede generar entusiasmo y motivación en las internas convirtiéndose en promotor de satisfactores sinérgicos.

Las actividades recreativas, por no poseer una estructura reglamentada rigurosamente competitiva que pueda diferenciar plenamente ganadores y perdedores, fomentan la integración y la solidaridad. Estas actividades guiadas son las que más fomentan satisfactores sinérgicos.

La actividad física puede ser direccionada hacia el componente preventivo en salud, máxime cuando las participantes asumen el desarrollo de estas actividades de forma opcional, no obligatoria.

Los programas en actividad física, recreación y deporte, se pueden constituir en satisfactores sinérgicos para la realización de las necesidades humanas de las internas de la Reclusión "el Buen Pastor" y favorecer su calidad de vida en la medida en que las acciones que allí se adelanten reconozcan el contexto social y cultural que las determina y promuevan la transformación de mentalidades, actitudes y comportamientos de los actores de la prisionalización hacia la visibilización de la interna como un ser humano aunque trasgresor, carente o razón de tratamiento.

## RECOMENDACIONES

Al realizar una investigación dentro de una cárcel es conveniente saber que esta población es altamente fluctuante, es decir, el desplazamiento de internas a otras penitenciarias es muy frecuente, lo que hace que la metodología de la investigación se deba ajustar a lo largo de la misma.

Se hace necesario articular las acciones investigativas y de proyección social, realizadas por las instituciones que hacen parte de la red social de apoyo al Sistema Progresivo Penitenciario (López, 2003), para que el esfuerzo que cada una adelanta posibilite el propósito central de este sistema, cual es, darle atención y asistencia al interno (a), a la vez que se consoliden valores y actitudes, que permitan la reinserción en la sociedad una vez cumplida la pena privativa de la libertad.

## AGRADECIMIENTOS

Agradecemos el apoyo técnico y logístico brindado por todo el personal administrativo del área de prevención y desarrollo de la Reclusión Nacional "el Buen Pastor" de Bogotá, Colombia. De igual manera agradecemos a todas las internas de la cárcel por su interés y participación en las actividades propuestas durante el transcurso de esta investigación.

## BIBLIOGRAFÍA

- BOLADERAS, M. 2000. Calidad de vida y principios bioéticos. En: Escobar, J.; Maldonado, C.; Boladeras, M. 2000. Bioética y calidad de vida. Ediciones El Bosque. Colección Bíos y Ethos. Vol. 15, Bogotá, Colombia, p. 34.
- BORDIEU, P. 2000. Sobre la televisión. Ed. Anagrama S.A., Barcelona, p. 119-124.
- BROHM, J.M. 1982. Sociología política del deporte. Fondo de Cultura Económica, México, 331 p.
- CONGRESO DE COLOMBIA. 1995. Ley 181, Ley del Deporte, Bogotá, Colombia.
- CRAVIOTO, P.; MEDINA-MORA, M.; ROSA, B.; GALVÁN, F.; TAPIA-CONYER, R. 2003. Patrones de consumo de heroína en una cárcel de la frontera norte de México: barreras de acceso a tratamiento. Revista Salud Pública de México 45:181-190. Disponible desde Internet en: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/>> [con acceso el 30/04/2003]

- DIEM, C. 1966. Historia de los deportes. Ed. Caralt. Barcelona. Vol. I y II.
- DUNNING, E. 1992. La dinámica del deporte moderno. Notas sobre la búsqueda de triunfos y la importancia social del deporte. En: Elias, N.; Dunning, E. Deporte y ocio en el proceso de la civilización. Fondo de Cultura Económica. Madrid. p. 247-270.
- FALS BORDA, O. 1988. El problema de cómo investigar la realidad para transformarla por la praxis. Ed. Tercer mundo, Colombia, 119 p.
- FOUCAULT, M. 1996. Vigilar y castigar, nacimiento de la prisión. Ed. Siglo veintiuno, México, 314 p.
- GARCÍA, C. 1974. Hombres y cárceles, historia y crisis de la privación de la libertad. Ed. Cuadernos para el Diálogo, S.A., Madrid, 47 p.
- GARCÍA, M. 1998. Sociología del deporte, Alianza Editorial, Madrid, 300 p.
- LÓPEZ, O. 2003. Sistema progresivo penitenciario alternativo, un modelo de intervención para el sistema penitenciario colombiano. Ed. Lealon, Medellín, 181 p.
- MANDELL, R. D. 1986. Historia Cultural del Deporte. Ed. Bellaterra. Barcelona. 345 p.
- MAX-NEEF, M. 2000. Desarrollo a escala humana, una opción para el futuro. Fundación Dag Hammarskjöld. Medellín, 119 p.
- MEYNAUD, J. 1972. El deporte y la política, análisis social de unas relaciones ocultas. Ed. Hispano Europea. Barcelona. 195 p.
- OSORIO C. 2000. Ejes de reflexión para la búsqueda de un sentido a la recreación. VI Congreso Nacional de Recreación. Bogotá. Disponible desde Internet en: <http://www.redcreacion.gq.nu/documentos/congreso6/EOsorio.htm> [con acceso el 30/04/2003]
- RESTREPO, H.; MÁLAGA, H. 2001. Promoción de la Salud: Como construir vida saludable. Ed. Médica Panamericana. Colombia. 165 p.
- SALAZAR, M. 1997 La investigación-acción participativa, Inicios y desarrollos. Ed. Magisterio. p. 141.
- SOTO, C.; ZULUAGA, L.; CEBALLOS, M. 1980. Encuesta de morbilidad reclusión y cárcel de mujeres el Buen Pastor, Medellín. Revista de la Facultad Nacional de Salud Publica 6: 58-67. Disponible desde internet en: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/> [con acceso el 30/04/2003]

Recibido: Junio 24 de 2004

Aceptado: Marzo 29 de 2005