

INTRODUCCIÓN

JUAN TORTOSA MARTÍNEZ y LILYAN VEGA RAMIREZ

Universidad de Alicante

La calidad de vida es un concepto multidimensional, siendo la actividad física, el deporte y el ocio, aspectos importantes a tener en cuenta, como destacan Organismos nacionales e internacionales. Sus políticas coinciden en la necesidad de adoptar una perspectiva de género, con enfoque transversal, para la promoción de la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, estableciendo sinergias con otras políticas como salud, educación o cohesión social^{1, 2}. La igualdad entre mujeres y hombres tiene un reconocimiento reciente en la legislación, pero la negación de esa igualdad, a lo largo de siglos, obliga a adoptar medidas de promoción de la igualdad efectiva, teniendo en cuenta la diferencia actual entre sexos en oportunidades, motivaciones y prácticas. Según el Instituto Nacional de Estadística, en España, los varones dedican más tiempo

-
1. Las líneas políticas están señaladas en el Plan integral interdepartamental promovido por el Consejo General del Deporte, pero hay que avanzar en su puesta en práctica. La línea estratégica planteada por el Objetivo 4, tiene como objetivos específicos del programa los siguientes: A) Introducir la perspectiva de género en la estructura, programas y proyectos desarrollados por el conjunto de las administraciones públicas con competencias en el ámbito de la actividad física y del deporte, así como en el resto de las entidades deportivas –asociativas y empresariales–. B) Promover la participación de las mujeres en todos los niveles de la práctica deportiva y de actividad física, así como en la toma de decisiones, respetando la diversidad de las mujeres y atendiendo especialmente a las mujeres y colectivos sub-representados. C) Sensibilizar sobre la promoción de la igualdad en la práctica de actividad física, en todos los ámbitos, y visibilizar la participación de las mujeres en el deporte incrementando su presencia en los medios de comunicación. Consejo Superior de Deportes. *Plan Integral para la Actividad Física y el Deporte. Igualdad Efectiva entre Hombres y Mujeres. Plan A+D 2010-2020*. Madrid: (CSD, 2010, p. 156).
 2. Organización Mundial de la Salud. Recomendaciones mundiales para la actividad física para la salud. Ginebra: OMS. (2010).

al día a deportes y actividades al aire libre que las mujeres en todos los tipos de hogar. La práctica de algún ejercicio físico al menos moderado es similar en ambos sexos (63,0% en los hombres y 61,6% en las mujeres), aunque sí se mantienen diferencias por edades: el 80,8% de los hombres de 16 a 24 años han desarrollado alguna actividad al menos moderada frente al 64,9% de las mujeres durante los últimos siete días. En cambio, en la franja de edad de 45 a 64 años las mujeres realizan más actividad física (67,6% frente al 58,8% de los hombres)³.

Las mujeres no son un grupo social homogéneo, por el contrario, son un grupo social muy heterogéneo y la discriminación social por razón de sexo puede serlo también por otros factores que pueden generar desigualdad como la edad, tener discapacidades, pertenecer a una minoría cultural o ser inmigrantes, entre otros factores. En consecuencia, hay que tener en cuenta las necesidades específicas de las mujeres en las actividades físicas, deportivas y de ocio, planteando su inclusión social con igualdad de oportunidades y teniendo en cuenta las diferencias.

Al hablar de Mujeres, Actividad física y Ocio, aparecen en nuestra mente los estereotipos que históricamente han marcado las diferencias entre hombres y mujeres en los comportamientos sociales y culturales en cuanto a la práctica deportiva, así como en actividades de ocio. Muchas de las actividades físicas y de ocio han estado tradicionalmente vetadas para las mujeres, incluso tachando a las mujeres deportistas de *marimachos*, relegando a las mujeres a efectuar actividades *delicadas* y labores que estaban relacionadas con el cuidado de la familia, sin tener en cuenta sus propios intereses. Este número temático de la revista *Feminismo/s* pretende abordar desde una perspectiva transversal, interdisciplinar y multicultural éste fenómeno, desde un contexto histórico hasta su realidad actual.

En el contenido de este número monográfico se pueden considerar cuatro grandes bloques: Deporte y estereotipos de género; Mujer e incorporación social; La mujer, una mirada a la historia; Mujer, actividad física y ciclo vital

El primer bloque, «Deporte y estereotipos de género», consta de tres artículos y se centra en la temática de lo femenino y lo masculino en relación con las actividades físicas deportivas, profundizando en los estereotipos sociales, en la práctica deportiva y analizando las paradojas, conflictos, mitos y prejuicios que influyen en la identidad corporal o en la práctica y el abandono deportivo de las mujeres.

3. INE. *Mujeres y Hombres en España 2010*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística (2010).

Dentro de este bloque, **María José Camacho-Miñano** hace una reflexión crítica sobre la práctica físico-deportiva y el cuerpo femenino de las adolescentes como construcción social, y los conflictos y contradicciones para la configuración de sus identidades corporales. La autora realiza un análisis más profundo sobre algunos aspectos como la actividad física para perder peso, en busca de un «ideal corporal irrealista y antinatural» transmitido fundamentalmente por los medios de comunicación y que supone una herramienta más de control sobre las mujeres. También incide sobre la paradoja del cuerpo tonificado y el cuerpo musculoso de las mujeres deportistas en una sociedad donde «el cuerpo tonificado, duro, se percibe como ideal y deseable, pero los músculos excesivos simbolizan fuerza y masculinidad», y los conflictos que genera en las mujeres deportistas que quieren rendir mejor en su modalidad deportiva pero sin ganar masa muscular de forma excesiva, de acuerdo al canon de belleza que la sociedad considera como femenino. Por último, la autora trata la paradoja de la exposición visual del cuerpo de la mujer deportista que puede llevar a la denominada ansiedad física social causada por el miedo o la vergüenza de que la apariencia física sea evaluada por otras personas, como puede darse en las clases de aeróbic llenas de espejos, o al peligro de que las mujeres deportistas se sientan sexualizadas siendo objeto de miradas masculinas no deseadas, como por ejemplo las jugadoras de vóley playa.

Por otro lado, **Beatriz Muñoz, Borja Rivero y Ana Fondon**, realizan una investigación de tipo cualitativa que desvela como los estereotipos sociales de lo femenino y masculino, en cuanto a la práctica deportiva se refiere, se manifiestan sobre todo en la adolescencia e influyen de forma determinante en la elección de una determinada actividad física y en muchos casos en el abandono de la misma.

En el último artículo de este bloque, **Belén García Delgado y Almudena Revilla** realizan un análisis de la presencia de la mujer deportista en la literatura española, ahondando en los mitos y prejuicios sobre la mujer y el deporte a través de la mirada literaria. A lo largo de este artículo se aprecian los diferentes estereotipos de lo femenino y masculino a lo largo de la historia y como, a pesar de que la mujer ha ganado terreno en la práctica deportiva, esto no se ve reflejado en dichos escritos.

El segundo bloque de artículos que hemos denominado «Mujeres e incorporación social», contiene cuatro artículos relacionados con la participación de la mujer en el mundo deportivo y laboral así como una reflexión sobre si las políticas establecidas de igualdad, aprobadas en las últimas décadas, se hacen realidad.

Marco Iglesias, Inés Lozano y Carmen Manchado, han realizado una investigación cualitativa en la que se analizan los pensamientos y creencias de deportistas españolas de élite sobre cuatro bloques principales: las dificultades y obstáculos que perciben en el deporte; las escasez de ayudas institucionales para compatibilizar la vida familiar, laboral y deportiva; los puntos débiles y fuertes de la repercusión del deporte en la sociedad; y por último la baja participación, representación, y liderazgo femenino en las organizaciones deportivas.

Analizando la incorporación de la mujer al trabajo, **Jana Gallardo y colaboradores** en su artículo, han analizado cuales son las dificultades que limitan a las mujeres para acceder a puestos directivos, especialmente en el ámbito deportivo. Para ello, los autores y autoras de este artículo, abordan en primer lugar las teorías feministas y de género; en un segundo lugar realizan un análisis sobre el liderazgo y las mujeres, haciendo referencia a las diferencias de hombres y mujeres en diferentes ámbitos laborales; y por último terminan reflexionando sobre la presencia de las mujeres en la estructura organizativa deportiva.

Una de las grandes conquistas de la última década ha sido la instauración de políticas de igualdad en los diferentes ámbitos institucionales. Sin embargo, el artículo de **María Prat, Laura Carbonero y Susana Soler**, pone de manifiesto la falta de perspectiva de género en los planes de estudio de los títulos de Grado de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte que se imparten en universidades Catalanas.

Por último en este bloque, **Antonio Santos y Kety Balibrea**, describen el potencial que tiene el deporte para mejorar las condiciones de vida y la integración social de grupos sociales en situación de desigualdad, como es el caso de la discriminación deportiva que sufren las mujeres.

Dentro del tercer bloque, «Las mujeres, una mirada a la historia», se exponen dos realidades de la mujer deportista a partir de los años 20, uno en la sociedad norteamericana y otro en Italia. De este modo, **Isabel Conesa y Antonio Juan** nos conducen a un recorrido por el surgimiento histórico de acontecimientos sociales como el de la rebelión de las mujeres, lo que marcó un nuevo estilo de vida en las mujeres, denominadas «Flapper».

Por otro lado, en la misma década, en Italia se vivía una situación diferente donde comienza la época de dictadura de Benito Mussolini, con un régimen marcado por el nacionalismo y el militarismo. **Carlota Coronado**, en su artículo, retrata cómo a través del noticiero Luce, instrumento de la propaganda fascista, y el cine, durante el fascismo italiano, se muestra la imagen de la mujer y los estereotipos públicos de género relacionados con el deporte.

En el cuarto y último bloque de este número, «Mujeres, actividad física y ciclo vital» se presentan tres trabajos que tienen en cuenta las diferentes etapas del ciclo vital: infancia y juventud, vida adulta y personas mayores. En primer lugar encontramos el artículo de **Francisco Javier Romero y Alejandro Romero**, en el que los autores llevan a cabo una revisión de los juegos de palmas y su importancia para trabajar aspectos como la atención dividida en la infancia. A su vez, nos muestran las diferencias de género en este tipo de actividades con algunos ejemplos concretos de labores encomendadas a las mujeres como el ritmo de las panaderas para amasar pan.

Beverly Evans nos presenta los resultados de una investigación con mujeres jóvenes acerca de los motivos por los cuales las mujeres escogen una actividad de fitness concreta, el *boot camp*, empleando una metodología cualitativa.

Por último, **Juan Tortosa y Lilyan Vega** muestran los datos de una investigación con enfoque cuantitativo que forma parte del proyecto europeo «Empowering Health Learning for the Elderly», donde se analizan las diferencias entre los niveles de actividad física de las personas adultas mayores así como la relación entre los niveles de actividad física y aspectos relacionados con la salud, como la memoria o la salud emocional.

El conjunto de trabajos que constituyen este número 21 de la Revista *Feminismo/s*, contribuyen a visibilizar las desigualdades entre mujeres y hombres en diferentes ámbitos de la actividad física, deporte y ocio, así como a los peligros que entrañan los estereotipos de lo masculino y lo femenino en la práctica deportiva para la identidad corporal, la práctica o el abandono deportivo y en definitiva, para la salud física, psicológica y social de las mujeres de todas las edades. Así mismo intentamos contribuir a la difusión de resultados de investigaciones y al incremento de conocimiento, sugiriendo preguntas y líneas de investigación que promuevan el paso de la igualdad formal a la igualdad efectiva entre mujeres y hombres.

Para finalizar, nos gustaría agradecer la excelente contribución de los autores y autoras en la realización de este número, así como hacer una especial mención a la gran labor desarrollada por las personas que han revisado los artículos. A su vez, muchas gracias a la Revista *Feminismo/s* por darnos la oportunidad de coordinar este número centrado en una temática que consideramos de interés.