

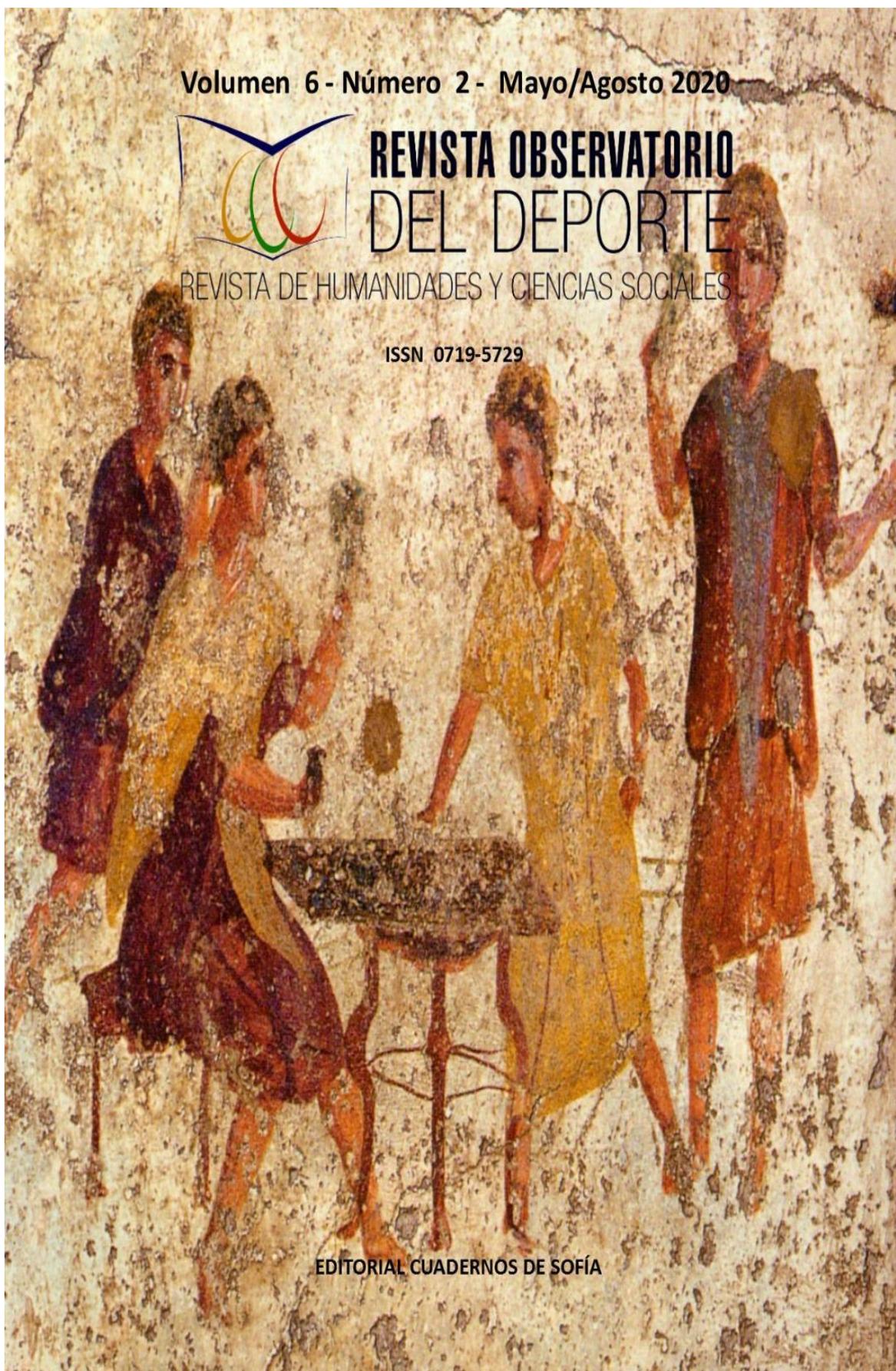
Volumen 6 - Número 2 - Mayo/Agosto 2020



REVISTA OBSERVATORIO DEL DEPORTE

REVISTA DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

ISSN 0719-5729



EDITORIAL CUADERNOS DE SOFÍA

CUERPO DIRECTIVO

Director

German Moreno Leiva
Universidad de Las Américas, Chile

Editor

OBU- CHILE

Cuerpo Asistente

Traductora: Inglés

Pauline Corthorn Escudero
Universidad Gabriela Mistral, Chile

Portadas

Graciela Pantigozo de Los Santos
Editorial Cuadernos de Sofía, Chile

COMITÉ EDITORIAL

Mg. Adriana Angarita Fonseca
Universidad de Santander, Colombia

Ph. D. Tsanko Angelov Tsanko
National Sport Academy "Vasil Levski Sofía,
Bulgaria

Lic. Marcelo Bittencourt Jardim
CENSUPEG y CMRPD, Brasil

Ph. D. Yamileth Chacón Araya
Universidad de Costa Rica, Costa Rica

Dr. Óscar Chiva Bartoll
Universidad Jaume I de Castellón, España

Dr. Miguel Ángel Delgado Noguera
Universidad de Granada, España

Dr. Jesús Gil Gómez
Universidad Jaume I de Castellón, España

Ph. D. Blangoi Kalpachki
South West University, Bulgaria

Ph. D. José Moncada Jiménez
Universidad de Costa Rica, Costa Rica

Mg. Aysel Rivera Villafuerte
Secretaría de Educación Pública SEP, México

Ph. D. Stefan Todorov Kapralov
South West University, Bulgaria
President of the Professional Football League
in Bulgaria, Bulgaria

Comité Científico Internacional

Ph. D. Víctor Arufe Giraldez
Universidad de La Coruña, España

Ph. D. Juan Ramón Barbany Cairo
Universidad de Barcelona, España

Ph. D. Daniel Berdejo-Del-Fresno
England Futsal National Team, Reino Unido
The International Futsal Academy, Reino Unido

Dr. Antonio Bettine de Almeida
Universidad de Sao Paulo, Brasil

Dr. Javier Cachón Zagalaz
Universidad de Jaén, España

Dr. Oswaldo Ceballos Gurrola
Universidad Autónoma de Nuevo León, México

Ph. D. Paulo Coêlho
Universidad de Coimbra, Portugal

Dr. Paul De Knop
Rector Vrije Universiteit Brussel, Bélgica

Dr. Eric de Léséleuc
INS HEA, Francia

Mg. Pablo Del Val Martín
Pontificia Universidad Católica del Ecuador,
Ecuador

Dr. Christopher Gaffney
Universität Zürich, Suiza

Dr. Marcos García Neira

Universidad de Sao Paulo, Brasil

Dr. Misael González Rodríguez

Universidad de Ciencias Informáticas, Cuba

Dra. Carmen González y González de Mesa

Universidad de Oviedo, España

Dr. Rogério de Melo Grillo

Universidade Estadual de Campinas, Brasil

Dra. Ana Rosa Jaqueira

Universidad de Coimbra, Portugal

Mg. Nelson Kautzner Marques Junior

Universidad de Rio de Janeiro, Brasil

Ph. D. Marjeta Kovač

University of Ljubljana, Slovenia

Dr. Amador Lara Sánchez

Universidad de Jaén, España

Dr. Ramón Llopis-Goic

Universidad de Valencia, España

Dr. Osvaldo Javier Martín Agüero

Universidad de Camagüey, Cuba

Mg. Leonardo Panucia Villafañe

Universidad de Oriente, Cuba

Editor Revista Arranca

Ph. D. Sakis Pappous

Universidad de Kent, Reino Unido

Dr. Nicola Porro

*Universidad de Cassino e del Lazio
Meridionale, Italia*

Ph. D. Prof. Emeritus Darwin M. Semotiuk

Western University Canada, Canadá

Ph. D. Mário Teixeira

Universidade de Évora, Portugal

Universidad de Salamanca, España

Dr. Juan Torres Guerrero

Universidad de Nueva Granada, España

Dra. Verónica Tutte

Universidad Católica del Uruguay, Uruguay

Dr. Carlos Velázquez Callado

Universidad de Valladolid, España

Dra. Tânia Mara Vieira Sampaio

Universidad Católica de Brasília, Brasil

*Editora da Revista Brasileira de Ciência e
Movimento – RBCM*

Dra. María Luisa Zagalaz Sánchez

Universidad de Jaén, España

Dr. Rolando Zamora Castro

Universidad de Oriente, Cuba

Director Revista Arrancada

Asesoría Ciencia Aplicada y Tecnológica:

Editorial Cuadernos de Sofía

**Que solamente actúa como Representante
ante indizaciones**

Representante Legal

Juan Guillermo Estay Sepúlveda

Empresa de Edición E. I. R. L.

Santiago – Chile



CUADERNOS DE SOFÍA EDITORIAL

Indización

Revista ODEP, indizada en:



DEPORTE Y ACTIVIDAD FÍSICA EN TIEMPOS DE PANDEMIA

SPORT AND PHYSICAL ACTIVITY IN TIMES OF PANDEMIC

Mg. Germán Moreno Leiva

Universidad de Las Américas, Chile

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5338-0391>

kinegerman@gmail.com

Fecha de Recepción: 10 de enero de 2020 – **Fecha Revisión:** 01 de marzo de 2020

Fecha de Aceptación: 23 de abril de 2020 – **Fecha de Publicación:** 01 de mayo de 2020

Resumen

La llegada del COVID-19 y las medidas de confinamiento han afectado a las personas que son deportistas y quienes realizan algún tipo de actividad física, en el presente artículo se analizarán como están han influido en las personas y como estas han debido adaptarse ante los cambios que han ocurrido en este último tiempo.

Palabras Claves

Confinamiento – Actividad Física – Deportistas

Abstract

The arrival of COVID-19 and the confinement measures have affected people who are athletes and who perform some type of physical activity, in this article we will analyze how they have influenced people and how they have had to adapt to the changes that have happened in this last time.

Keywords

Confinement – Physical Activity – Athletes

Para Citar este Artículo:

Moreno Leiva, Germán. Deporte y actividad física en tiempos de pandemia. Observatorio del Deporte Vol: 6 num 2 (2020): 52-56.

Licencia Creative Commons Attribution Non-Comercial 3.0 Unported
(CC BY-NC 3.0)

Licencia Internacional



Deporte y la Pandemia

La llegada del COVID-19, ha traído drásticos cambios en nuestros estilos de vida, lo que, sumado a la crisis social en varios países latinoamericanos, ha terminado modificando la realización de las distintas modalidades deportivas en Latinoamérica y el mundo¹.

Ante esto, quienes realizan algún tipo de actividad física y los deportistas que se dedican profesionalmente son quienes han sufrido daño, buscando nuevas estrategias y herramientas que permitan mantener su condición física y no dar ventaja a sus rivales pensando en las futuras competencias².

Desde una perspectiva competitiva, se han postergado grandes espectáculos deportivos, como los juegos olímpicos de Tokio 2020, las clasificatorias para Qatar 2022, entre otros. Lo cual, debido a las exigencias sanitarias, imposibilitan el correcto desarrollo de las distintas actividades que estaban planificadas para el 2020, además de postergar los calendarios con los distintos eventos deportivos planificados en las distintas disciplinas deportivas³.

Además, muchos deportistas han tenido que ajustar sus objetivos, planificaciones y proyecciones debido a las cuarentenas instauradas en distintas ciudades. Respetando la distancia social, pero sin perder condición física para un retorno a las competencias. Así las tecnologías han sido grandes aliadas en algunas disciplinas, siendo relevantes para los entrenadores y preparadores físicos al realizar adecuaciones a los planes de entrenamiento⁴.

Privilegiándose entrenamientos en el hogar en lugar de una asistencia presencial, también algunos clubes o equipos han optado por enclaustrar a sus jugadores con la finalidad de no perder condición física y no dar ventaja a otros equipos pensando en el retorno a las competencias y eventos deportivos⁵.

Las modalidades virtuales, como el uso de videollamadas o equipos virtuales, han cobrado especial relevancia en el entrenamiento de los deportistas. Si bien esta forma de entrenar no podrá superar los modelos presenciales de trabajo, estas modalidades permiten que el nivel de las competencias no disminuya, ante una eventual vuelta a la normalidad y pudiendo mantener los ritmos de trabajo⁶.

¹ P. Vera-Villarreal, "Psicología y COVID-19: un análisis desde los procesos psicológicos básicos", Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology, Vol: 14 num 1 (2020).

² A. F. Villaguiran-Hurtado, et al., "Actividad física y ejercicio en tiempos de COVID-19", CES Medicina num 34 (2020).

³ V. Guzmán-Paulsen, "Las Federaciones Deportivas nacionales, sus elecciones y los Juegos Olímpicos postergados de Tokio 2020".

⁴ D. Agustí, et al., "Planificación del entrenamiento a la vuelta de la competición en futbolistas profesionales tras el COVID-19. Revisión sistemática", Revista de Preparación Física en el Fútbol.

⁵ La competición, para la vuelta a. "guía de recomendaciones para la vuelta a la competición en el rugby español debido a la COVID-19". (2020).

⁶ A. Martín S y D. Collarana, "Plataformas de entrenamiento virtuales usando el sensor Kinect, Unity y técnicas de Gamificación", Acta Nova Vol: 8 num 1 (2017): 109-130.

Actividad Física y las medidas de confinamiento

El estar inactivos físicamente en nuestros hogares debido a las medidas de confinamiento, han provocado diversos problemas sociales derivados al aumento del estrés, depresión y ansiedad, generando aumento de los niveles de violencia en los hogares⁷.

En ese mismo sentido la actividad física y el deporte también son una forma de contener algunos problemas de salud como la obesidad, diabetes, hipertensión y el tratamiento de otras enfermedades crónico-degenerativas y que además son consideradas como factores determinantes para la complicación del estado de salud en las personas con COVID-19⁸.

Si consideramos las tasas de desempleo, la crisis económica y lo anteriormente expuesto es caldo de cultivo para el aumento de los niveles de violencia y el asentamiento de los índices de enfermedades crónicas, que pasado el periodo de confinamiento se verán elevados en niveles desconocidos⁹.

En este mismo sentido, el deporte y la actividad física en el hogar han contribuido en la prevención de estas complicaciones. Siendo necesario dejar de verlo de una forma particular, sino que es indispensable acercar la práctica de la actividad física a todos los sectores para así poder mejorar nuestra salud y la calidad de la vida de todas las personas.

Es lógico que las personas que vivan en condiciones de hacinamiento tendrán mayores dificultades en realizar algún tipo de actividad física dentro de su hogar¹⁰.

Durante este periodo de confinamiento, los espectáculos deportivos, así como las reuniones para realizar alguna actividad deportiva, se transforman en un foco de riesgo, dada la capacidad de aglomerar, lo cual tuvo que ser restringida este tipo de actividades por la posibilidad de reunir grandes cantidades de personas en un solo recinto¹¹.

En ese sentido, es importante señalar que de acuerdo con las medidas sanitarias que determinen las autoridades oficiales en cada país, es como se permitirá el avance en el retorno de las actividades deportivas, como en el caso de países de Europa como Alemania, en donde algunos jugadores de fútbol ya han podido regresar a su centro de entrenamiento de forma pautada y en pequeños grupos.

Otro tema es el de los gimnasios, la industria de la actividad ha venido a tomar mayor relevancia y se han incrementado el número de centros para este fin, que por supuesto, se encuentran cerrados en esta época de confinamiento, estos centros reúnen

⁷ E. López-Hernández y D. Rubio-Amores, "Reflexiones sobre la violencia intrafamiliar y violencia de género durante emergencia por COVID-19", *CienciAmérica* Vol: 9 num 2 (2020): 312-321.

⁸ E. López-Hernández y D. Rubio-Amores, "Reflexiones sobre la violencia intrafamiliar..."

⁹ R. L. L. Heras, "Impacto del COVID-19 en el mercado de trabajo: un análisis de los colectivos vulnerables", *Documentos de Trabajo (IAES, Instituto Universitario de Análisis Económico y Social* 2, 2020).

¹⁰ L. A. Cano, "Psicología y lesiones deportivas: un análisis de factores de prevención, rehabilitación e intervención psicológica", *Cultura, ciencia y deporte* num 7 Vol: 19 (2012).

¹¹ B. Theilen y M Theilen-Civera, "Cómo afectará la covid-19 al mundo del deporte", *Harvard Deusto business review* num 301 (2020): 70-82.

personas que tienen este tipo de necesidades de actividad física y que no siempre tienen lugares donde realizarlas¹².

Conclusiones

Aun desconocemos los efectos de la pandemia por COVID-19 tendrá en las distintas actividades deportivas. Sin duda los deportistas se han adaptado a sus formas de entrenamiento, no sabemos cómo la llegada de la pandemia y las medidas de confinamiento asociadas puedan influenciar en su desempeño deportivo. También es necesario considerar las consecuencias que ha tenido el deporte derivado de la pandemia COVID-19, como tema social con la falta de ponderación que se le ha dado a la materia, El momento que estamos viviendo, nos hace repensar cómo se conducirán nuestras vidas una vez que pase todo esto y también desde una perspectiva del deporte y la actividad física, la reestructuración para los deportistas y retomar las actividades deportivas es fundamental para prevenir las consecuencias que se vienen producto de las medidas de confinamiento.

Referencias

Agustí, D, et al. "Planificación del entrenamiento a la vuelta de la competición en futbolistas profesionales tras el COVID-19. Revisión sistemática". Revista de Preparación Física en el Fútbol.

Almeida-Campos, M. V. y Henrique, M. "Elastic resistance training: resistance exercise alternative in the home environment during Covid-19 pandemic". InterAmerican Journal of Medicine and Health num 3 (2020).

Cano, L. A. "Psicología y lesiones deportivas: un análisis de factores de prevención, rehabilitación e intervención psicológica". Cultura, ciencia y deporte 7.19 (2012): 70.

Guzmán-Paulsen, V. "Las Federaciones Deportivas nacionales, sus elecciones y los Juegos Olímpicos postergados de Tokio 2020."

Heras, R. L. L. "Impacto del COVID-19 en el mercado de trabajo: un análisis de los colectivos vulnerables". Documentos de Trabajo. IAES, Instituto Universitario de Análisis Económico y Social 2. 2020

López-Hernández, E y Rubio-Amores, D. "Reflexiones sobre la violencia intrafamiliar y violencia de género durante emergencia por COVID-19". CienciAmérica Vol: 9 num 2 (2020): 312-321

Martin A y Collarana, D. "Plataformas de entrenamiento virtuales usando el sensor Kinect, Unity y técnicas de Gamificación". Acta Nova Vol: 8 num 1 (2017): 109-130.

Theilen, B y Theilen-Civera, M. "Cómo afectará la covid-19 al mundo del deporte". Harvard Deusto business review num 301 (2020): 70-82.

¹² M. V. Almeida-Campos y M. Henrique, "Elastic resistance training: resistance exercise alternative in the home environment during Covid-19 pandemic", InterAmerican Journal of Medicine and Health num 3 (2020).

Vera-Villarroel, P. Psicología y COVID-19: un análisis desde los procesos psicológicos básicos. Cuadernos de Neuropsicología/Panamerican Journal of Neuropsychology, Vol: 14 num 1 (2020).

Villaguiran-Hurtado, AF, et al. "Actividad física y ejercicio en tiempos de COVID-19". CES Medicina num 34 (2020).

CUADERNOS DE SOFÍA EDITORIAL

Las opiniones, análisis y conclusiones del autor son de su responsabilidad y no necesariamente reflejan el pensamiento de la **Revista Observatorio del Deporte ODEP**.

La reproducción parcial y/o total de este artículo debe hacerse con permiso de **Revista Observatorio del Deporte ODEP**.