

## ESTRATEGIA DE ORIENTACIÓN DEPORTIVA DE TIPO COMPETITIVO PARA FOMENTAR LA CULTURA DEPORTIVA DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD LATINA DE PANAMÁ, SEDE CENTRAL.

### SPORTS ORIENTATION STRATEGY OF COMPETITIVE TYPE TO PROMOTE THE SPORTS CULTURE OF THE STUDENTS OF THE LATIN UNIVERSITY OF PANAMA, CENTRAL HEADQUARTERS.

*Autoras: Elizabeth Tapia Valero<sup>1</sup> & Ana María Florez<sup>2</sup>*

*Afiliación: <sup>1</sup>Estudiante de Maestría en Docencia Superior de la Universidad Latina de Panamá.*

*<sup>2</sup>Coordinadora de la Escuela de Psicología de la Universidad Latina de Panamá.*

*Correos: [elizabeth.tapia.valero@gmail.com](mailto:elizabeth.tapia.valero@gmail.com); [anaflorez@ulatina.edu.pa](mailto:anaflorez@ulatina.edu.pa)*

*Recibido: 10 de mayo de 2019*

*Aceptado: 12 de junio de 2019*

#### Resumen

#### **PALABRAS CLAVE:**

*Cultura deportiva, salud física y salud mental, programa competitivo.*

El deporte en Panamá amerita sacar provecho a los beneficios que brinda este en la salud, en lo psicológico, en lo social, en lo educativo y en lo económico, el deporte brinda muchas buenas oportunidades. El deporte forma vínculos que suben la autoestima y unen a las personas, a pesar de la distancia en muchos casos. “La práctica del deporte enseña importantes habilidades y valores en los estudiantes que tienden a fortalecer su formación integral, como el trabajo en equipo, el trazo de metas, el sentido de identidad y la pertenencia a un grupo”. Por ellos el objetivo planteado es la creación de una estrategia de orientación deportiva de tipo competitivo para fomentar la cultura deportiva de los estudiantes de la universidad latina de panamá. Autores como Rivera (2007), lo afirman. La presente investigación es de tipo exploratoria en función a la poca información que se ha encontrado sobre este tema. Los resultados obtenidos producto del análisis de las encuestas aplicadas a los estudiantes de medicina permitieron formular una estrategia de orientación deportiva competitiva que fomente la cultura deportiva de los estudiantes de la Universidad Latina de Panamá, Sede Central, en vista a que los estudiantes interesados en el deporte se puedan integrar y gozar de la oportunidad de ser motivados al



Este artículo está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

ISSN 2644-3872

E-ISSN 2644-3880

deporte. A manera de conclusión se puede exponer que el camino estratégico es a través de charlas motivadoras, con atletas o personas involucradas en un deporte a nivel nacional en primera instancia sin dejar a un lado los atletas internacionales.

## KEY WORDS:

Sports culture, physical health and mental health, competitive program.

## Abstract

The sport in Panama deserves to take advantage of the benefits it offers in health, in the psychological, social, educational and economic, sport offers many good opportunities. Sport forms links that raise self-esteem and unite people, despite the distance in many cases. "The practice of sport teaches important skills and values in students that tend to strengthen their integral formation, such as teamwork, goal setting, sense of identity and belonging to a group." For them, the objective is the creation of a strategy of

competitive sports orientation to promote the sports culture of the students of the Latin University of Panama. Authors such as Rivera (2007), affirm it. The present investigation is of exploratory type according to the little information that has been found on this subject. The results obtained as a result of the analysis of the surveys applied to medical students made it possible to formulate a competitive sports orientation strategy that encourages the sports culture of the students of the Universidad Latina de Panamá, Headquarters, in view of the fact that the students interested in the sport can be integrated and enjoy the opportunity to be motivated to sport. In conclusion, it can be stated that the strategic path is through motivational talks, with athletes or people involved in a national sport in the first instance without leaving international athletes aside.

## Introducción

La cultura deportiva en Panamá es un tema que necesita ser tratado con urgencia. Está bien claro que el deporte ayuda a tener y a mantener una buena salud, pero lo que muchos no saben, es que más allá de la salud, el ser deportista te va también a ofrecer mejores cosas. Psicológicamente beneficia al ser humano.

Además de mejora de la salud física, el deporte juega un papel principalmente positivo en desarrollo humano, incluido el logro académico mejorado, mayor autoestima, menos problemas de comportamiento y mejora psicosocial. Muchos estudios se centran en los efectos del deporte con cinco "Cs": competencia, confianza, conexiones, carácter y cuidado. Se consideran componentes críticos en el desarrollo positivo del ser humano. (Hanna, 2012, p.31)

En el ámbito educativo los estudiantes que practican un deporte, ya sea de manera formal; con entrenamientos de alto rendimiento y competencias de alto nivel, o de manera recreativa, suelen tener metas de estudios y proyectos de vida más ambiciosas que los otros estudiantes. Además de que suelen ser quienes no abandonan sus carreras y logran

ISSN 2644-3872

E-ISSN 2644-3880

terminarlas, ya que la disciplina y la perseverancia son parte de ellos. El deporte en la universidad ayuda a la educación en esos y muchos otros aspectos que provocarán un cambio y un impacto en la vida de las personas que decidan practicarlo.

Panamá debe comenzar un movimiento cultural deportivo. La realidad de poder hacerse es un poco más compleja; se necesita mucho apoyo del gobierno. Sin embargo, en las universidades se puede armar un programa para conseguir que los deportes sean practicados de una manera un poco más seria y que esté al alcance de los estudiantes. Siempre se debe tener en cuenta que los beneficios no sólo se mostrarán en la salud, sino también en los aspectos psicológicos, sociales, educativos e incluso económicos, además de que también será provechoso para la universidad y le dará prestigio.

Los primeros juegos centroamericanos donde Panamá participó y fue sede, sucedieron en el año 1938, (Weeks D., 2008). Estos juegos incluyeron también al Caribe, a Venezuela, a México y a Colombia. Si bien ya existían equipos de diferentes deportes formados, no se llevaba ningún registro legal de ellos. Del mismo modo, este fue el comienzo del deporte como institución per se, (IV Juegos Centroamericanos y del Caribe, s.f.).

En 1970 Panamá volvió a jugar sus segundos juegos centroamericanos y fue sede nuevamente, (Uriarte, 2010). Se mantenían las ligas y las competencias. Las escuelas secundarias tenían un sistema deportivo parecido al que manejan las escuelas y las universidades en los Estados Unidos, (Juegos Centroamericanos México, s.f.). También se hacían grandes torneos y había muchas personas que participaban y que se acercaban como espectadores; el ambiente deportivo para estos tiempos era mucho más rico. El aprovechamiento del deporte a la vida académica en la Universidad de Cambridge en el siglo XIX fue documentado por Warwick (2003):

El deporte competitivo se empleó para mejorar la disciplina, la salud y el apetito, al tiempo que mantenía a los estudiantes alejados de actividades ilícitas cuando no estaban en el aula. El deporte también se usó para construir lazos de respeto y admiración entre maestros y alumnos, para reconciliar. Y así tener la determinación de ganar respetando las reglas y la autoridad establecida. (pg.213)

Lewis (1970) confirma:

El primer club deportivo universitario organizado se formó en 1843 cuando Yale University creó un club de botes. Harvard University siguió sus pasos, creando un club de botes similar un año después. La creación de estas organizaciones preparó el escenario para el primer evento deportivo intercolegial en los Estados Unidos. Este evento tuvo lugar en 1852, cuando el equipo de remo de Yale compitió contra el equipo de remo de Harvard en el lago Winnepesaukee, New Hampshire. Esto marcó el comienzo de la competencia universitaria y provocó la creación de numerosas organizaciones atléticas universitarias. (pg.224)

A finales de la década de 1850, los juegos de bateo y pelotas habían comenzado a ser ampliamente conocidos y el deporte del béisbol estaba comenzando a convertirse en un establecimiento en las universidades de Estados Unidos. El primer juego de béisbol universitario tuvo lugar en 1859 entre Amherst College y Williams College. (Lewis, 1970, pg.228)

La popularidad del béisbol universitario se incrementó a partir de este punto, y hacia 1870, los equipos universitarios jugaban horarios extensos. En 1879, se formó la primera liga de béisbol universitaria oficial. El primer partido de cricket universitario se llevó a cabo el 7 de mayo de 1864 entre la University of Pennsylvania y el Haverford College. (Alumni Association, 1892, pg.320, 321, 322)

El atletismo también creció en popularidad durante este tiempo, y el primer evento de pista y campo universitario ocurrió en 1873. Esta competencia presentó una carrera de dos millas entre atletas de Amherst College, Cornell University y McGill University of Montreal, Canadá. (Lewis, 1970, pg.228)

El primer partido de fútbol soccer universitario en los Estados Unidos tuvo lugar el 6 de noviembre de 1869 en New Brunswick, Nueva Jersey, cuando los clubes de Princeton y Rutgers jugaron bajo reglas modificadas de las del fútbol de la asociación. (Lewis, 1970, pg.229)

Galluzzo (2005) confirma:

El primer juego de rugby universitario tuvo lugar el 15 de mayo de 1874 en Cambridge, Massachusetts, cuando Harvard jugó contra la McGill University. El primer partido de fútbol americano universitario entre equipos del Rutgers College (ahora Rutgers University) y el College of New Jersey (ahora Princeton University) tuvo lugar el 6 de noviembre de 1869 en College Field (ahora el sitio del College Avenue Gymnasium en Rutgers University) en New Brunswick, Nueva Jersey. (pg.7)

Estas son las bases del deporte universitario. Poco a poco fue tomando auge. No se consiguió de la noche a la mañana, pero ahora el deporte es considerado muy importante para un desarrollo humano holístico.

## MÉTODO

El tipo y diseño de la investigación es exploratoria ex post facto, ya que se establecen relaciones de causa y efecto observando la reacción de los estudiantes después de realizarse un programa deportivo. Es cuantitativa ya que los resultados se aspiran presentar mediante magnitudes numéricas, tratadas a través de herramientas de la estadística. Es también transversal porque el propósito de la investigación es analizar el nivel de interés de los estudiantes por el deporte y por tenerlo como parte de la vida universitaria. Y es descriptiva ya que se dan a conocer las situaciones y actitudes que predominan a través de la descripción

de hechos, mostrando las situaciones cómo pasen en realidad, los eventos que se dan y las personas y grupos que a tratar para entonces seguir el análisis.

### INSTRUMENTO

Para este estudio investigativo se utilizó una encuesta el propósito de utilizar este método de recopilación de datos fue para obtener información sobre los intereses de los estudiantes respecto al deporte. El cuestionario consta de ocho preguntas cerradas a 180 de los estudiantes de la Universidad Latina de Panamá, Sede Central de la carrera *Medicina* de todos los semestres, la muestra fue intencional. Se eligió la facultad de Medicina ya que incluye todo lo que trata la salud.

### RESULTADOS

Con el fin de lograr mostrar el nivel de interés de los estudiantes de la Universidad Latina de Panamá, Sede Central, carrera de Medicina, por el deporte, se logró identificar a través de una encuesta con preguntas cerradas. Esto permite analizar y posteriormente discutir los resultados obtenidos.

Se presentan los resultados en orden, partiendo por el sexo, el semestre que transcurre y la edad; y consecutivamente, se presentan los resultados relacionados con el interés de los estudiantes por el deporte como tal.

Finalmente, se muestran los resultados del interés de los estudiantes por la implementación de un programa deportivo en la Universidad Latina de Panamá.

180 Estudiantes llenaron la encuesta y seguidamente se presenta el análisis de los resultados destacados, siguiendo el orden establecido en el cuestionario de preguntas cerradas. Con el fin de lograr mostrar el nivel de interés de los estudiantes de la Universidad Latina de Panamá, Sede Central, carrera de Medicina, por el deporte, se logró identificar a través de una encuesta con preguntas cerradas. Esto permite analizar y posteriormente discutir los resultados obtenidos.

Se presentan los resultados en orden, partiendo por el sexo, el semestre que transcurre y la edad; y consecutivamente, se presentan los resultados relacionados con el interés de los estudiantes por el deporte como tal.

Finalmente, se muestran los resultados del interés de los estudiantes por la implementación de un programa deportivo en la Universidad Latina de Panamá.

180 estudiantes llenaron la encuesta y seguidamente se presenta el análisis de los resultados destacados, siguiendo el orden establecido en el cuestionario de preguntas cerradas.

Tabla 1  
Sexo de los participantes

Sexo	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje	Frecuencia Acumulada	Frecuencia Relativa Acumulada	Porcentaje Acumulado
Femenino	105	0.583333333	58.33%	105	0.583333333	58.33%
Masculino	75	0.416666667	41.67%	180	1	100.00%
Total general	180	1	100.00%			
Promedio	90					
Mediana	90					
Moda	#N/A					
Máximo	105					
Mínimo	75					
Desviación Estándar	21.21320344					

Fuente: Tapia & Florez (2018)

De los 180 estudiantes encuestados de la carrera de Medicina, 105 de ellos fueron de sexo femenino, el cual equivale a un 58.33%, mientras que 75 fueron del sexo masculino, el cual equivale a un 41.67% de estudiantes.

Tabla 2  
Edad de los participantes

Edad	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje	Frecuencia Acumulada	Frecuencia Relativa Acumulada	Porcentaje Acumulado
17	14	0.077777778	7.78%	14	0.077777778	7.78%
18	44	0.244444444	24.44%	58	0.322222222	32.22%
19	45	0.25	25.00%	103	0.572222222	57.22%
20	41	0.227777778	22.78%	144	0.8	80.00%
21	26	0.144444444	14.44%	170	0.944444444	94.44%
22	6	0.033333333	3.33%	176	0.977777778	97.78%
23	2	0.011111111	1.11%	178	0.988888889	98.89%
24	1	0.005555556	0.56%	179	0.994444444	99.44%
25	1	0.005555556	0.56%	180	1	100.00%
Total general	180	1	100.00%			
Promedio	20					
Mediana	14					
Moda	1					
Máximo	45					
Mínimo	1					
Desviación Estándar	19.22238279					

Fuente: Tapia & Florez (2018)

Los estudiantes encuestados de la carrera de Medicina estaban en el rango de edad de los 17 a los 25 años. El 7.8% con 17 años; el 24.4% con 18 años; el 25% con 19 años; el 22.8% con 20 años; el 14.4% con 21 años; el 3.3% con 22 años; el 1.1% con 23 años; 0.6% con 24 años; el 0.6% con 25 años. La edad promedio fue de 20 años.

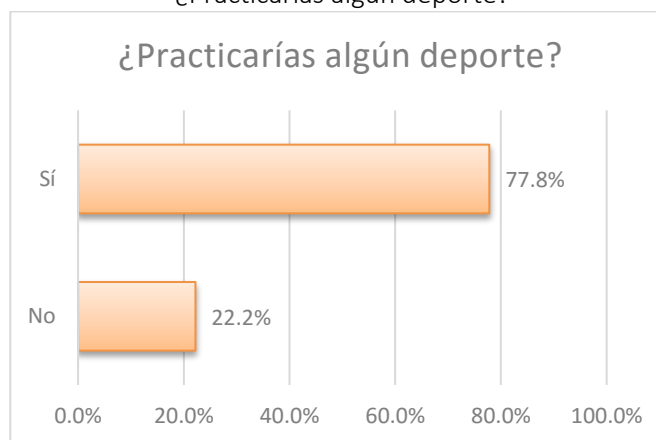
Tabla 3  
¿Te gusta el deporte?

¿Te gusta el deporte?	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje	Frecuencia Acumulada	Frecuencia Relativa Acumulada	Porcentaje Acumulado
No	21	0.116666667	11.67%	21	0.116666667	11.67%
Sí	159	0.883333333	88.33%	180	1	100.00%
<b>Total general</b>	180	1	100.00%			
<b>Promedio</b>	90					
<b>Mediana</b>	90					
<b>Moda</b>	#N/A					
<b>Máximo</b>	159					
<b>Mínimo</b>	21					
<b>Desviación Estándar</b>	97.5807358					

Fuente: Tapia & Florez (2018)

A los estudiantes encuestados se les preguntó si les gusta el deporte. El 88.33% dijo que sí le gusta, mientras que el 11.67% dijo que no le gusta.

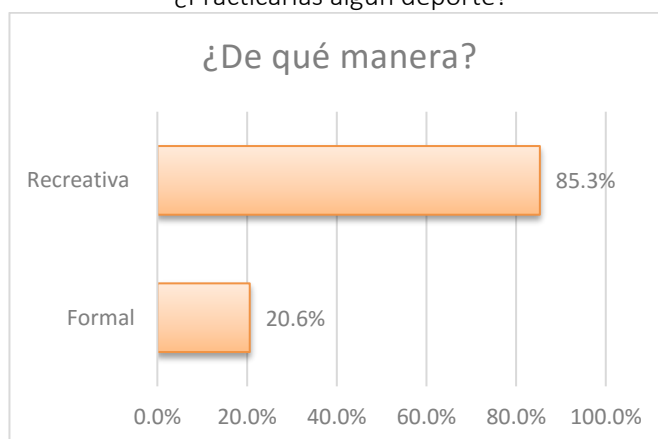
Grafica 1  
¿Practicarías algún deporte?



Fuente: Tapia & Florez (2018)

A los estudiantes encuestados se les preguntó si practicarían algún deporte. El 77.8% dijo que sí lo practicaría, mientras que el 22.2% dijo que no lo haría.

Gráfica 2  
¿Practicarías algún deporte?



Fuente: Tapia & Florez (2018)

A los estudiantes encuestados se les preguntó si practicarían deporte de manera formal o de manera recreativa. El 20.6% dijo que lo practicaría de manera formal, mientras que el 85.3% dijo que lo haría de manera recreativa.

Gráfica 3  
Te gustan los deportes



Fuente: Tapia & Florez (2018)

A los estudiantes encuestados se les preguntó si les gustaban los deportes individuales o los deportes de equipo. El 40.6% dijo que lo prefería los deportes individuales, mientras que el 70.3% dijo que prefería los deportes de equipo.



Tabla 4  
¿Crees que el deporte debería formar parte de la vida universitaria?

¿Crees que el deporte debería formar parte de la vida universitaria?	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje	Frecuencia Acumulada	Frecuencia Relativa Acumulada	Porcentaje Acumulado
No	10	0.055555556	5.56%	10	0.055555556	5.56%
Sí	169	0.938888889	93.89%	179	0.994444444	99.44%
En Blanco	1	0.005555556	0.56%	180	1	100.00%
Total general	180	1	100.00%			
Promedio	60					
Mediana	10					
Moda	#N/A					
Máximo	169					
Mínimo	1					
Desviación Estándar	94.50396817					

Fuente: Tapia & Florez (2018)

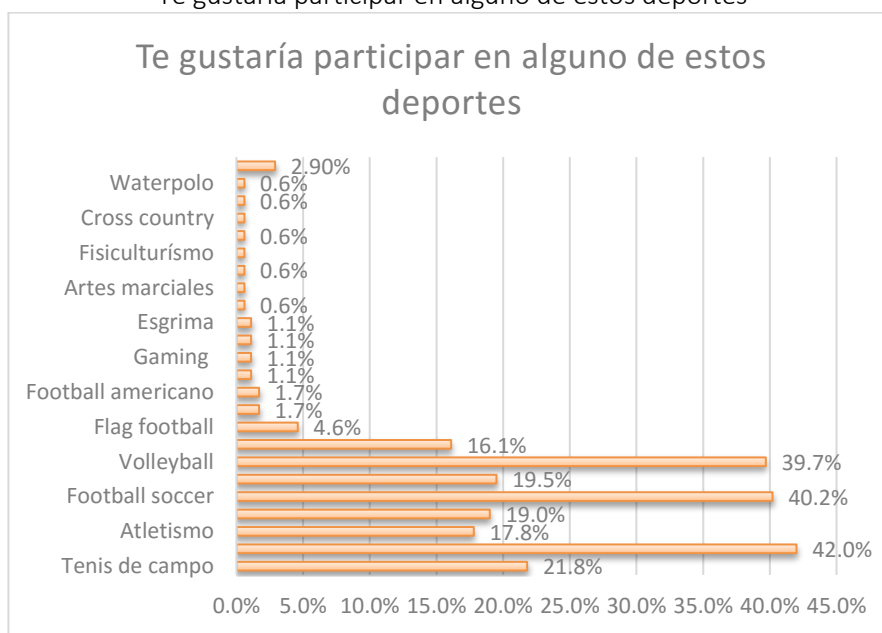
Tabla 5  
¿Pertenece a un programa deportivo que implementara la Universidad Latina de Panamá?

¿Pertenece a un programa deportivo que implementara la Universidad Latina de Panamá?	Frecuencia Absoluta	Frecuencia Relativa	Porcentaje	Frecuencia Acumulada	Frecuencia Relativa Acumulada	Porcentaje Acumulado
No	61	0.338888889	33.89%	61	0.338888889	33.89%
Sí	118	0.655555556	65.56%	179	0.994444444	99.44%
En Blanco	1	0.005555556	0.56%	180	1	100.00%
Total general	180	1	100.00%			
Promedio	60					
Mediana	61					
Moda	#N/A					
Máximo	118					
Mínimo	1					
Desviación Estándar	58.5064099					

Fuente: Tapia & Florez (2018)

A los estudiantes encuestados se les preguntó si formarían parte de un programa deportivo que implemente la Universidad Latina de Panamá. El 65.9% dijo que sí pertenecería, mientras que el 34.1% dijo que no formaría parte.

Gráfica 7  
Te gustaría participar en alguno de estos deportes



Fuente: Tapia & Florez (2018)

Al momento de ser encuestados, a los estudiantes se les presentó una lista de deportes individuales, otra lista de deportes de equipo y un espacio para que ellos agregasen alguno que no estuviese en la lista.

Los cinco deportes más elegidos fueron:

Natación con el 42%; Football Soccer con el 40.2%; Volleyball con el 39.7%; Tenis de campo con el 21.8%; Basketball con el 19.5%.

## DISCUSIÓN

Los resultados de las encuestas fueron positivos y era lo que se esperaba. Se demostró que el interés por el deporte está. Sin embargo, no se les está dando a los estudiantes la oportunidad de adentrarse más en él.

Es de suma importancia considerar la creación de un programa deportivo en la Universidad Latina de Panamá, ya que, aunque haya estudiantes que quizás no les guste el deporte o no lo jugarían (un porcentaje menor a los que sí les gusta y sí lo jugarían), en efecto, son conscientes de que es necesario. No sería obligatorio que jueguen, pero seguramente

estarían animados a ir a ver. El mismo ayudaría a mantener un ambiente más ameno e interesante, además de que sería una oportunidad más para socializar.

El promedio de los estudiantes entrevistados están alrededor de los 20 años. Esta es una de las edades donde los estudiantes tienden a preocuparse más o menos por su estado físico. Una vez se vean expuestos a la posibilidad de entrar en un deporte, probablemente tomen la decisión de hacerlo.

Que el deporte sea recreativo, motivará a los estudiantes a que se involucren. Una vez se vayan especializando en el mismo, cabe la posibilidad de que su interés por competir aparezca. Además de que un programa de este tipo sería ideal para quienes no quieren jugar, pero desean estar involucrados, puedan estarlo siendo personal de apoyo o voluntarios, ya sea en entrenamientos o en días de competencias.

### CONCLUSIONES

Es necesario que se integre el deporte como parte de la vida diaria para que las personas, humanamente se sientan bien. No es solamente lo físico; no es solamente, lo social; tampoco es solamente lo educativo ni lo económico; ni sólo lo psicológico... es un todo; es holístico.

En definitiva, practicar deportes se trata de divertirse. Lo importante es unirse a un deporte de interés, es cuestión de probar y encontrar la comodidad haciendo algo, nuevo o viejo, pero algo bueno. El punto principal es unirse porque uno así lo quiere. Los beneficios serán buenos y de gran enseñanza.

Por ello, la estrategia que se diseña a partir de la presente investigación es que la universidad debe tener siempre el interés de brindarles el mejor desarrollo posible a los estudiantes. Por esta razón, el Departamento de Extensión Universitaria de la Universidad Latina de Panamá juega un rol muy importante. Eligiendo cinco deportes y ya teniendo un presupuesto, tanto de entrenadores como de instalaciones, lo ideal sería presentar a la rectora y a todo su equipo este presupuesto y los gastos que se presumen llevarían a cabo para crear el programa deportivo.

Igualmente, se quiere construir una base de exalumnos leales e involucrados que pueda servir a la institución de muchas maneras. Una de las rutas más efectivas es proporcionar oportunidades para que los exalumnos sirvan como defensores y embajadores, ayudando a crear una reputación positiva. El deporte universitario tiende a mantener a los exalumnos atados a la universidad.

El cuerpo docente en las universidades es, obviamente, clave para la vida de los estudiantes. El impacto que llegan a crear sobre los jóvenes que cada día se presentan en sus clases, puede darles una gran definición a sus vidas. Y, aunque muchos docentes se puedan mostrar escépticos ante la inclusión de un programa de esta magnitud, deben darse la oportunidad de pensarlo e imaginar la gran escena proyectada. De su reacción va a depender la reacción

ISSN 2644-3872

E-ISSN 2644-3880

de cada uno de los estudiantes. Pero, se debe tener en cuenta todo el adelanto que dará, y como logrará ayudar en todas las áreas de progreso mediante la construcción de lealtad, conexión y relaciones de por vida.

#### REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Alumni Association, H. C. (1892). A History of Haverford College for the First Sixty Years of Its Existence. Porter & Coates.

College Prospects of America. (s.f.). Obtenido de <https://www.cpoala.com/>

Galluzzo, J. J. (2005). When Hull Freezes Over: Historic Winter Tales from the Massachusetts Shore. Charleston, Carolina del Sur, Estados Unidos: The History Press.

Hanna, K. E. (2012). True Sport: What We Stand to Lose in Our Obsession to Win. (S. Davidson Maddox, Ed.) Estados Unidos.

Juegos Centroamericanos México. (s.f.). Obtenido de Juegos Centroamericanos México: <http://com.org.mx/wp-content/uploads/centroamericanos/1938-Juegos-CAC/1938-Juegos-CAC.pdf>

Lewis, G. (1970). The Beginning of Organized Collegiate Sport. American Quarterly, 222-229.

Uriarte, C. (6 de Abril de 2010). Meta. Obtenido de Meta: <https://web.archive.org/web/20110707211846/http://www.meta.pr/content/1938-panama-historia-de-los-juegos>

Warwick, A. (2003). Masters of Theory: Cambridge and the Rise of Mathematical Physics. Estados Unidos: The University of Chicago Press.

Weeks D., R. A. (24 de Febrero de 2008). Remembranzas de los Juegos del 38. La Prensa.