



II Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación y I Encuentro Internacional de Estudiantes Investigadores en Educación Física, Recreación y Deporte.

FORMATO PROYECTOS DE INVESTIGACIÓN TERMINADOS

Nombre de la institución y del Semillero (si aplica): Instituto Universitario de Educación Física. Universidad de Antioquia			
Título de la Ponencia: Incidencia del deporte recreativo en los indicadores emocionales de ansiedad del adulto recluso en el centro penitenciario y carcelario de mediana seguridad de Itagüí.			
Nombre de los Investigadores Diana Patricia Londoño Agudelo	Identificación Cc 32297694	Correo electrónico gta83a@yahoo.es	Residencia Cr 91 D # 72 -159 int 183 Robledo
Línea temática: <ul style="list-style-type: none"> ➤ Educación física y escuela () ➤ Recreación, ocio y tiempo libre () ➤ Entrenamiento y gestión deportiva () ➤ Educación física y salud (X) ➤ Educación física y sociedad () 			
Resumen del trabajo: (Máximo 200 palabras) <p>El proyecto es un estudio de enfoque empírico – analítico, de diseño de investigación cuasiexperimental, con análisis descriptivo; donde se utilizó el test de la figura humana de Karen Machover y una entrevista semiestructurada para identificar la incidencia de la práctica regular (3 veces por semana) del deporte recreativo en los indicadores emocionales de ansiedad de Elizabeth Koppitz presentados en los adultos de 20 a 35 años de edad internos en el Centro Penitenciario y Carcelario de Mediana seguridad de Itagüí, por medio de la descripción, análisis e identificación de dichos indicadores antes y después de la implementación de una propuesta de intervención durante un periodo de 3 meses.</p> <p>De los resultados encontrados se puede mencionar que los adultos evaluados presentan indicadores emocionales de ansiedad que reflejan rasgo de inseguridad, agresividad, ansiedad, dificultad en las relaciones interpersonales, conflictos corporales en la forma de verse a si mismos y falta de autocontrol; respuestas emocionales que son generadas por los estímulos y situaciones que se presentan en el centro penitenciario de manera cotidiana por la situación de encierro.</p>			
Introducción (Planteamiento del problema de investigación, justificación, objetivos): Planteamiento problema: Teniendo en cuenta la situación de población privada de la libertad de los adultos del Centro Penitenciario y Carcelario de media seguridad de Itagüí y el proceso de resocialización al cual están vinculados con su estancia en el mismo, como forma de asumir la responsabilidad de las acciones individuales realizadas por la no concepción de la norma y la infracción de las leyes como ciudadanos; se observa como se les ha implementado nuevos elementos a sus condiciones de vida, como son el encierro, la separación de la familia, grupos de amigos y la sociedad, el manejo de nuevas normas de convivencia y la participación continua de procesos educativos y legales que vivencian a diario en el centro para desarrollar su proceso; también se reconoce como estas nuevas condiciones de vida generan en ellos la adquisición de nuevos hábitos de vida, los cuales se caracterizan en su mayoría por un alto índice de inactividad, soledad, exceso de tiempo desocupado, alteraciones frecuentes en el estado de animo (estrés, depresión y ansiedad), y carencia de potencialización de las habilidades y capacidades interpersonales. Se plantea la hipótesis que la población reclusa en EPCAMS Itagüí presenta ansiedad como una respuesta emocional adaptativa a las condiciones de vida y situaciones particulares que han asumido y que vivencian a diario en su situación de privación de la libertad. Los síntomas de ansiedad en los internos es una situación real que se evidencia en la cotidianidad de la población de EPCAMS Itagüí, circunstancias que los llevan a estar desmotivados con las actividades que brinda el INPEC, asumir comportamientos agresivos física y verbalmente con sus compañeros de patio, a la adquisición de hábitos poco saludables como el consumo de cigarrillo y sustancias psicoactivas, al sedentarismo; además causan deficiencias en la comunicación e interacción tanto a nivel interpersonal, como comunitario y social; siendo estos sucesos poco favorables			

“En el horizonte de los objetivos del milenio”

Informes: encuentroestudiantes@edufisica.udea.edu.co

<http://www.udea.edu.co/expomotricidad2007>



II Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación y I Encuentro Internacional de Estudiantes Investigadores en Educación Física, Recreación y Deporte.

para la convivencia dentro de cada uno de los patios del centro penitenciario y para la evolución del proceso de resocialización el cual están desarrollando con su estancia en el centro. A partir de todo lo mencionado hasta el momento nace el interés por investigar sobre:

¿Cuál es la incidencia del Deporte Recreativo en los Indicadores Emocionales de ansiedad de los adultos de 20 a 35 años de edad, internos en los patios 3, 4, 5 y 6 del Centro Penitenciario y Carcelario de media seguridad de Itagüí?

Justificación:

Es fundamental investigar sobre la incidencia del deporte recreativo en el estado emocional de ansiedad que presenta los adultos entre los 20 a 35 años de edad recluido en EPCMS Itagüí, debido que es una situación que se viene presentando en el Centro Penitenciario de manera cotidiana, la cual necesita atención, ya que influye en la participación de los internos en las diferentes actividades que brinda de institución, en la comunicación e interacción interpersonal; en la convivencia y en el ambiente de cada uno de los patios; además porque permite dar cumplimiento a varios de los aspectos establecidos en el código penitenciario y carcelario, donde en la Ley 65 de 1993 en el ARTICULO 166 se plantea la implementación de programas para el fomento del deporte y la recreación; contribuyendo al proceso de atención integral y de tratamiento que la administración del centro brinda a toda la población interna dentro de su proceso de resocialización. También es fundamental debido a su gran utilidad en el ámbito pedagógico y comunitario, porque permite plantear soluciones desde la motricidad al problema de ansiedad que se presenta en EPCAMS Itagüí y contribuye al desarrollo integral de los internos desde lo físico, cognitivo y social, logrando buscar mayor posicionamiento y visualización de los Educadores Físicos en los centros penitenciarios, consolidando así otro campo de acción para su desempeño laboral y dando la posibilidad al practicante de la licenciatura en educación física con énfasis comunitario confrontar los conocimientos adquiridos con la utilidad de estos en la práctica en situaciones reales; lo cual permite complementar su proceso de formación como profesional.

En consecuencia se indagará por la incidencia de deporte recreativo en los indicadores emocionales de ansiedad que presentan los internos y de que forma lo hacen, con el fin de conocer el impacto que tiene en este tipo de población, los beneficios ó consecuencias en la salud mental de la población descrita.

Objetivos:

GENERAL: Identificar la incidencia de la práctica regular (3 veces por semana), del deporte recreativo en los indicadores emocionales de ansiedad del adulto de 20 a 35 años de edad internos en el centro penitenciario y carcelario de mediana seguridad de Itagüí.

ESPECÍFICOS

Describir los indicadores emocionales de ansiedad que presentan los adultos de 20 a 35 años internos en los patios 3, 4, 5 y 6 de EPCAMS Itagüí pre y post a una propuesta de intervención de deporte recreativo implementada.

Analizar los indicadores emocionales de ansiedad que presenta el adulto Pre y Post a la propuesta de intervención implementada.

Materiales y/o métodos empleados:

Se emplea un **Enfoque Empírico – Analítico**, porque este, suministra la metodología, los elementos y la información requerida para llevar a cabo la investigación, ya que sus características cubren las necesidades del mismo, al facilitar la verificación de los fenómenos encontrados, por medio de la argumentación y explicación de los mismos, y al permitir identificar las características de la población desde aspectos generales hasta los más específicos, así como detectar los factores que inciden en estos.

Se empleó un **Diseño de investigación cuasiexperimental** porque se selecciono el grupo estudio por conveniencia, las características del centro de práctica y de la población a intervenir donde se realizará la investigación, no dan la posibilidad de controlar el impacto de factores internos y externos al estudio, hecho que hace factible que la información recolectada y las variables establecidas sean afectadas por las reglas, situaciones disciplinarias y de seguridad que se vivencian a diario en el Centro Penitenciario y Carcelario de Mediana Seguridad de Itagüí

Se realizó un análisis **descriptivo**, porque este tipo de diseño permite desarrollar la intencionalidad de la investigación, ya que describe características de una población sujeto de estudio en un momento dado el deporte recreativo, y analiza su incidencia en la situación específica describir los indicadores emocionales de ansiedad que presentan los internos de EPCAMS Itagüí antes y después de la implementación de una propuesta de intervención de Deporte Recreativo

Resultados obtenidos:

En la realización del Pre test de la figura humana de Karen Machover se halló, que los adultos evaluados de 20 a 35

“En el horizonte de los objetivos del milenio”

Informes: encuentroestudiantes@edufisica.udea.edu.co

<http://www.udea.edu.co/expomotricidad2007>



II Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación y I Encuentro Internacional de Estudiantes Investigadores en Educación Física, Recreación y Deporte.

años de edad, internos en los patios de mediana seguridad del Centro Penitenciario y Carcelario de Itagüí, presentan la mayoría de los Indicadores Emocionales de ansiedad, lo cual refleja un estado emocional ansiedad. Por medio de la entrevista se identificó que los adultos evaluados presentan gran cantidad de síntomas de ansiedad que concuerdan con los que plantea Cano (2001), quien los subdivide en tres niveles el Cognitivo – subjetivo, Fisiológico – somático y el Motor (conductual - observable). El segundo hallazgo arrojado por la entrevista semiestructurada se identificó que dentro del Centro Penitenciario existen situaciones propias del contexto que propician la presencia de situaciones y factores predisponentes causales de ansiedad.

Se identificó que la práctica regular del deporte recreativo incide en el estado emocional de ansiedad presentado en los internos debido a que disminuye los síntomas de ansiedad que presentan los adultos, modifica las situaciones y los factores predisponentes causales de ansiedad que posee el centro; además disminuye la frecuencia y la cantidad de los indicadores emocionales de ansiedad encontrados.

También se halló que la capacidad adaptativa ante situaciones específicas de los internos mejora por los beneficios del deporte recreativo.

Discusión, conclusiones y recomendaciones:

Para desarrollar procesos de intervención con población en situación de privación de la libertad inicialmente es vital conocer las características propias de la población y del contexto donde se desenvuelve su cotidianidad, para que las propuestas de actividad física, deporte y recreación que se brinden cubran las expectativas de los internos y las necesidades que se presenten en los centros. Además una estrategia que es importante para que los procesos se desarrollen y mantengan, en este tipo de población es conquistarse a los internos, tener buena comunicación con ellos, establecer relaciones de compañeros de encuentros deportivos sin perder la imagen, respeto y distancia profesor - alumno.

Cuando se busca incidir en los Indicadores emocionales de ansiedad de una población en situación de encierro es importante tener presente que la duración de las intervenciones y la frecuencia con la cual los internos participen, van a marcar diferencia en la motivación de los internos para la práctica de las actividades y en los resultados esperados en los procesos, por esto, se recomienda que la práctica se realice mínimo tres veces por semana, que la sesión tenga una duración mínima de 1:30 minutos, para evitar que el tiempo disponible se desaproveche en el desplazamiento de los patios al lugar de intervención, en la disposición de los guardianes y en la organización de actividades, ya que esto puede generar desinterés y deserción de los internos, situación que afectaría el ambiente y la disposición para el desarrollo del trabajo.

También se debe tener presente el tipo y las características de las actividades que se proponen para las sesiones de intervención, recomendamos que estas posean las siguientes características: que susciten la participación activa, la dinámica grupal, los roles de juego, el logro de metas o retos, el goce y el trabajo en equipo entre los internos de manera constante, esto permitirá que la atención, el interés, la alegría y el éxtasis generado por medio del juego permanezca durante tiempos prolongados y se incite la superación y el deseo de dar más, solo con el interés de disfrutar el instante experimentado, de compartir con los demás, de estar tranquilo, cómodo y sentirse bien al desconectarse un momento de la realidad del lugar por medio del juego, por esto es importante que el juego este siempre presente en el desarrollo de las sesiones. Con la investigación se evidenció que el deporte recreativo brinda todas estas posibilidades y que es acogido de manera significativa por los internos, debido a todas las alternativas que permite a la hora de practicarlo, ya que no limita la forma de realizar las actividades, porque posibilita variar las reglas, cambiar las características del juego, es incluyente todos caben y participan según sus propias posibilidades corporales, además disminuye los indicadores emocionales y los síntomas de ansiedad, entre otras; por estas razones se recomienda el deporte recreativo como herramienta estratégica eficaz de trabajo para desarrollar procesos de intervención con esta población. Se resalta que dentro de los contenidos del deporte recreativo empleados en la propuesta de intervención los mejor acogidos fueron: los juegos predeportivos, deportivos, cooperativos y de manipulación, estos son elementos significativos para potenciar la capacidad de comunicación e interacción de las personas internas, para mejorar la capacidad de afrontamiento, ya que en estos juegos se vivencian situaciones problema donde se deben presentar soluciones inmediatas que requiere de autocontrol, tranquilidad y relajación para poder lograr hacer lo que desea, además porque tienen una gran acogida en esta población.

Asimismo para incidir en los indicadores emocionales de ansiedad en esta población se presenta otra alternativa de intervención que hace referencia a la práctica de ejercicio aeróbico regular con intensidades entre el 60% al 80 % de la frecuencia cardíaca máxima, con sesiones mayores de 30 minutos. Ya que estudios han demostrado que el ejercicio

“En el horizonte de los objetivos del milenio”

Informes: encuentroestudiantes@edufisica.udea.edu.co

<http://www.udea.edu.co/expomotricidad2007>



II Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación y I Encuentro Internacional de Estudiantes Investigadores en Educación Física, Recreación y Deporte.

realizado en estas condiciones disminuyen el estado emocional de ansiedad de las personas.

Se recomienda realizar e implementar proyectos de intervención e investigación con población en situación de privación de la libertad dirigidos no solo a disminuir problemas presentados en los centros, sino también tener presente aquellos que contribuyan a potencializar las capacidades humanas, las sociomotrices y las condicionales, con el fin de aportar al proceso de resocialización que vivencia el interno de una forma directa, la cual le permita al Educador Físico apropiarse de este campo de acción.

“En el horizonte de los objetivos del milenio”

Informes: encuentroestudiantes@edufisica.udea.edu.co

<http://www.udea.edu.co/expomotricidad2007>