






Original

Embarazo en la adolescencia y abandono deportivo. una mirada desde su prevención

Pregnancy in adolescence and sports abandonment. a look from its prevention

Fernando Pérez Ramirez. Facultad de Ciencias Médicas de Bayamo. Granma. Cuba.
[perezramirezdr@gmail.com] 

Rafaela Matos Matos. Facultad de Ciencias Médicas de Bayamo. Granma. Cuba.
[mmrafaela@infomed.sld.cu] 

Norma Guerra Martínez. Universidad de Granma. Bayamo. Cuba.
[nguerram@udg.co.cu] 

Recibido: 28 de febrero de 2021 **Aceptado:** 2 de junio de 2021

Resumen:

La práctica deportiva produce numerosos beneficios sobre la salud, sin embargo, existen numerosos estudios que demuestran que hay un importante fenómeno de abandono generado por el embarazo en las atletas adolescentes. En este sentido la presente investigación tiene como propósito, diseñar acciones de prevención del embarazo en atletas adolescentes de la EIDE Pedro Batista Fonseca para evitar el abandono deportivo. En la materialización del objetivo se realiza un diagnóstico sobre la problemática que se investiga mediante entrevistas y cuestionarios a entrenadores, atletas, directivos, y metodólogos, que laboran y asesoran los deportes que son practicados por atletas adolescentes. Los resultados permiten constatar que desde el 2018 – 2020 ha existido un número considerable de deserciones o abandono, incidiendo en gran medida el embarazo de atletas en la etapa de la adolescencia. A partir de esta problemática se proponen acciones de prevención en virtud de evitar el abandono deportivo, las cuales se someten a criterio de especialistas para valorar su factibilidad de aplicación.

Palabras clave: embarazo; adolescencia; abandono deportivo, prevención

Abstract:

Sports practice produces numerous health benefits, however, there are numerous studies that show that there is an important phenomenon of abandonment generated by

pregnancy in adolescent athletes. In this sense, the present research aims to design pregnancy prevention actions in adolescent athletes from the Pedro Batista Fonseca EIDE to avoid sports abandonment. In the realization of the objective, a diagnosis is made about the problem that is investigated through interviews and questionnaires with coaches, athletes, managers, and methodologists, who work and advise the sports that are practiced by adolescent athletes. The results show that since 2018 - 2020 there has been a considerable number of desertions or abandonment, greatly influencing the pregnancy of athletes in the adolescent stage. Based on this problem, preventive actions are proposed by virtue of avoiding sports abandonment, which are submitted to the criteria of specialists to assess their feasibility of application.

Keywords: pregnancy; adolescence; sports abandonment, prevention

Introducción

El deporte en la actualidad se ha convertido en una poderosa herramienta que genera beneficios no solo en la salud desde lo físico sino también desde lo psicológico, lo cual explica el incremento de la matrícula en las escuelas deportivas durante los últimos años y los resultados deportivos que se obtienen día a día por nuestros atletas. Sin embargo, en los momentos actuales se viene produciendo un incremento considerable de deserciones, específicamente en la etapa de la adolescencia, generado básicamente por la presencia de embarazos no planificados en las atletas de sexo femenino.

El embarazo adolescente (EA) es un problema de salud pública mundial que puede afectar la salud física y emocional de la pareja, la condición educativa de ambos y, en general, esta situación les puede ocasionar más efectos negativos que positivos en su entorno familiar, escolar y social. Por ello, esta condición puede romper el proyecto de vida de los futuros padres, poner en peligro físico y emocional a la madre y, en algunos casos, al producto de la gestación a corto, mediano o largo plazo.

Múltiples son los autores que han desarrollado investigaciones en torno a esta problemática, entre los que se destacan: Calvache (2015); Gómez, Rodríguez, Gómez y Torres (2017); Gálvez, y Rodríguez (2017) y Quintero (2018); los cuales de manera general refieren que el embarazo adolescente es una luz roja en la mayoría de los países de América Latina, y en Cuba constituye también un desafío.

Sus múltiples dimensiones e impacto social le confieren una alta prioridad a la Educación Integral de la Sexualidad y la salud sexual y reproductiva para que adolescentes y jóvenes estén educados e informados sobre aspectos que preocupan a este grupo de la población, tales como las primeras relaciones de pareja y el inicio de la sexualidad activa.

Desde estos referentes, en el caso específico de las atletas que se embarazan en esta etapa del desarrollo, interrumpen su ciclo deportivo de manera temporal o definitiva lo cual se traduce en abandono deportivo que incide negativamente en las proyecciones y metas de entrenadores y directivos y por tanto afectan el proceso de preparación y los resultados deportivos.

El término de deserción en el ámbito deportivo, ha sido abordado por algunos autores, entre los que se desatacan Biasizzo y Brusa (2002), Giussani de Morano y Morano (2001), Macarro, Romero, Torres (2010), los cuales refieren que, en la esfera deportiva, la deserción o también conocida como abandono de la práctica de actividades físicas deportivas están enmarcadas en diferentes factores social, psicológica y pedagógica.

Estos autores agregan además que un factor determinante en el abandono deportivo es la edad, que en el caso específico de la adolescencia a partir de la categoría “Situación Social del Desarrollo”, somos consecuentes con las consideraciones de Domínguez (2005), en cuanto a los cambios biológicos, que ocurren en esta etapa, denominado, en la literatura especializada, con el término de “transformaciones puberales.” (antropométricos, fisiológicos y endocrinos), como a la maduración sexual.

Dentro de los cambios endocrinos, gracias al incremento de la actividad del hipotálamo, que aviva el funcionamiento de la hipófisis (glándula de secreción interna), se estimula el funcionamiento de otras glándulas como las suprarrenales y las gonadotrópicas (ovarios y testículos), que crean las condiciones para una producción acelerada de estrógenos y andrógenos, proceso que influye notablemente en la maduración sexual.

En este sentido la maduración sexual comienza en las hembras con la menarquia o primera menstruación y como consecuencia de ella, se desarrollan las características sexuales primarias y secundarias que se asocian a los cambios que ocurren en la estructura de los diferentes órganos del sistema reproductor, tales como el crecimiento de los ovarios, el útero y la vagina. Por su parte, las características sexuales secundarias

apuntan al crecimiento del vello púbico y axilar en ambos sexos, en las hembras, crecen también los senos, se ensanchan las caderas.

De esta manera la maduración sexual y la elevada necesidad del adolescente de explorar su cuerpo y tener experiencias con “el otro” en este terreno. Estimula la atracción sexual y sirve de base a la aparición de eventos como el embarazo no planificado, muchas veces sobre la base de relaciones inestables y promiscuas que poseen una repercusión psicológica negativa, como por ejemplo el tener que abandonar las actividades que rigen el desarrollo de su personalidad, en este caso el deporte.

Consecuente con ello, en las condiciones específicas de las atletas adolescentes de la EIDE Pedro Batista Fonseca, en la provincia Granma se manifiesta una situación problemática generada por el desconocimiento de profesores deportivos o entrenadores en cuanto al impacto de los cambios puberales en el comportamiento de los adolescentes que conducen a hacer valoraciones negativas de su conducta, reproches e incomprendimientos (por ejemplo por su irritabilidad, tendencia a la fatiga y al agotamiento físico, etc.) que crean conflictos en la comunicación), lo cual repercute en la manifestación de prácticas sexuales irresponsables que conducen al embarazo e inciden en el abandono deportivo, situación esta que repercute de manera negativa en los resultados del deporte, afectan la salud físico - mental y el bienestar emocional del adolescente.

Si bien aceptamos que existe una estrecha relación entre el desarrollo físico y psicológico, la repercusión de las transformaciones puberales en la subjetividad del adolescente no constituye un proceso lineal, sino que dependerá en gran medida del manejo que realicen de esta situación las personas que rodean al sujeto, de la opinión social que reciba y de los recursos psicológicos con que cuente para enfrentarlas.

Esta situación problemática genera la necesidad de realizar la presente investigación que se plantea como objetivo diseñar acciones de prevención del embarazo en atletas adolescentes de la EIDE Pedro Batista Fonseca para evitar el abandono deportivo

Población y muestra

Para la realización del estudio se tuvieron en cuenta aspectos éticos, en todo momento las participantes tuvieron la entera libertad para formar parte o no del mismo; el anonimato

y la confidencialidad fueron dos premisas importantes e inflexibles durante toda la investigación. Todas las adolescentes dieron su consentimiento para participar.

Se toma de manera aleatoria una muestra de 20 atletas de los deportes de pesa, baloncesto, voleibol y esgrima que abandonaron por el motivo de un embarazo no planificado. Se emplean métodos como: análisis de documentos, analítico - sintético; entrevista a profesores deportivos, metodólogos y directivos, el criterio de especialista, la triangulación y dentro de los procedimientos estadísticos, el cálculo porcentual.

Análisis de los resultados.

Las regularidades diagnósticas derivadas de la aplicación de los métodos de investigación aplicados se presentan mediante la triangulación metodológica.

Resultados de la triangulación

En la planificación del entrenamiento de los deportes referidos como parte de la preparación psicológica, no se refieren acciones para prevenir conductas sexuales irresponsables en las atletas adolescentes, lo cual puede repercutir en el abandono deportivo.

Existe un limitado conocimiento por los entrenadores de los cambios biológicos, psicológicos que se producen en las adolescentes como parte de su Situación Social del Desarrollo y su repercusión en la actividad deportiva y en su personalidad.

Las atletas adolescentes solo consideraron como necesario para el inicio de las relaciones sexuales, la privacidad del lugar y que sea fruto del deseo de ambos, sin tener en cuenta otros aspectos que son más importantes, debido a su inmadurez biopsíquica, que no valoran la estabilidad y el conocimiento profundo de la pareja.

Hay un desconocimiento por parte de las atletas de los riesgos del embarazo en la adolescencia.

El 90% de la muestra refiere no haber tenido una pareja estable e iniciar las relaciones sexuales muy tempranamente.

Existe práctica de relaciones sexuales desprotegidas en el 100% de la muestra investigada.

El tema de la sexualidad en la EIDE Pedro Batista Fonseca no siempre ha sido un problema abordado de manera integral donde se cohesionen las acciones de salud y se incorporen las organizaciones políticas y de masa a través de la comunidad y la propia familia.

Los resultados obtenidos en el diagnóstico justifican la necesidad de diseñar acciones de prevención del embarazo en atletas adolescentes de la EIDE Pedro Batista Fonseca para evitar el abandono deportivo.

Fundamentos que sustentan la propuesta de acciones de prevención.

Es oportuno destacar, que las acciones de prevención realizadas con las atletas adolescentes, precisan contemplar el trabajo de conjunto con los entrenadores, pero además incluir también la familia como agente socializador, dada la influencia que ejerce el entorno familiar a la hora de dar valor a los aciertos o los errores en las decisiones o acciones que realiza el adolescente, y el lugar primordial que ocupa en la formación integral del individuo.

Debido al grado de notabilidad desempeñado por estos agentes socializadores en la regulación de la conducta de la deportista, se toman en consideración para el presente estudio la implementación de acciones orientadoras y también educativas en su base, toda vez que tiene como intención la finalidad de brindar asesoramiento a atletas, entrenadores y familiares, en pos de contribuir a que disminuyan significativamente las conductas sexuales de riesgo y prevenir el embarazo en este grupo etario.

En este caso particular, las acciones de orientación psicológica entre las que se encuentran charlas educativas, grupos de reflexión y debate, se caracterizan por su flexibilidad y por la posibilidad de ser modificadas en correspondencia con los cambios que se operen en el objeto y, fundamentalmente, en los modos de actuación de sus usuarios.

Estas acciones de prevención se caracterizaron por tener:

Carácter abierto: evidenciado en el número de participación de atletas, entrenadores, familiares, cuya opinión puede resultar muy útil en dependencia de la situación concreta.

Carácter flexible: tales acciones previstas gozan de la posibilidad de ser reajustadas, enriquecidas, modificadas, en dependencia de las condiciones, objetivos y otros factores. Aunque estas acciones están concebidas en un principio para trabajos en grupo, de ser necesario es posible su implementación en un tratamiento individual, el número de sesiones también puede ser reajustado según la necesidad, todo ello en función de lograr la internalización de las habilidades requeridas y un aprendizaje óptimo.

Carácter vivencial: las experiencias, los saberes, las vivencias de los participantes, ya sean positivos y/o negativos constituyen punto de partida, además de que se aprovecha constantemente a fin de contribuir a generar el crecimiento personal y colectivo.

Objetivo General: Propiciar herramientas cognitivo - instrumentales a atletas, entrenadores, directivos y agentes psicosociales que favorezcan la prevención del embarazo en adolescentes de la EIDE Pedro Batista Fonseca para evitar el abandono deportivo.

Acción 1: "El encuadre"

Objetivo: explicar la concepción de las acciones a desarrollar, objetivos, contenidos, métodos, medios y formas de control y evaluación, rol del entrenador y de los facilitadores en función de establecer compromisos acerca de la forma de trabajo y de los contenidos a abordar.

Se explica en qué consiste el encuadre y su importancia para el esclarecimiento de las funciones de cada uno de los participantes en la actividad, se enfatiza en la posibilidad de cambios o enriquecimiento a partir de las necesidades e intereses de los participantes.

En el mismo se hacen aclaraciones pertinentes por la facilitadora, el grupo se subdivide en cuatro equipos que analizarán y discutirán la propuesta. Un cofacilitador tomará nota de las dudas y preguntas de aquellas cuestiones no contempladas en la planificación de las acciones que quisieran agregar, luego cada equipo expone su trabajo en plenario, se hacen las aclaraciones pertinentes y se produce una discusión grupal que permita llegar a la determinación de cómo quedará organizada la actividad.

Una vez acordada la forma de trabajo y aceptada por todos, se convierte en un compromiso a cumplir por los participantes, la cual no debe cambiar a menos que se decida en un nuevo encuadre.

Acción 2: "Presentación por pareja"

Objetivo: presentar a los participantes.

Consiste en realizar una presentación por parejas donde deben intercambiar la siguiente información: el nombre, deporte que practican, conocimientos sobre las relaciones sexuales, orientación de la familia y entrenadores, expectativas con su primera relación sexual; cada participante debe elegir a una compañera, de preferencia la que menos conozca y conversan durante cinco minutos acerca de los aspectos señalados se asigna un máximo de tres minutos, la información que se recoge de cada participante, se presentará de forma general, sencilla y breve. Los facilitadores deben estar atentos para animar y agilizar la presentación.

Acción 3: ¿Quién soy yo? ¿Cómo quiero ser?

Objetivo: desarrollar la autoconciencia sobre actitudes, creencias y pensamientos que llevan a una conducta sexual de riesgo.

La acción contiene momentos de reflexión, lecturas análisis de versos y poesías dirigidos a lograr un diálogo abierto, desinhibido y espontáneo con los adolescentes sobre métodos anticonceptivos, relaciones sexuales casuales, causas y consecuencias del embarazo no planificado y planificación familiar, en función de ello discutir los temores, resistencias y conflictos sobre el tema.

Acción 4: Mi primera relación fue....

Objetivo: Proyectar de manera individual y grupal las principales vivencias que marcaron la primera relación sexual.

Se realiza a partir de la técnica del completamiento de frases, consiste en ofrecer frases inconclusas a las adolescentes relacionadas con su primera relación sexual, de modo que en ellas proyecten las conductas asumidas sexualmente, causas y consecuencias, luego solicitar hacer un debate grupal sobre las principales regularidades encontradas en la técnica realizada.

Acción 5: “Asamblea de herramientas”

Objetivo: propiciar la reflexión sobre los valores individuales y del grupo vinculados a la autoestima y autoconceptos sobre el embarazo no planificado

Los facilitadores entregan una historieta a cada participante relacionada con adolescentes que experimentan embarazos no planificados y pide a un compañero que le dé lectura, luego se propicia la reflexión del valor de cada herramienta asumida por los miembros del grupo y su acción conjunta.

Luego se le preguntó al grupo si alguien sabía qué significaba “autoestima”. Se les explicó que autoestima es la forma en que una persona se siente con respecto a si misma y que la autoestima está estrechamente relacionada con nuestra familia y nuestro medio ambiente, se les explicó que cada día enfrentamos cosas o sucesos que afectan la forma en nos sentimos con respecto a nosotros mismos; por ejemplo, si peleamos con nuestros padres o si un amigo a amiga nos critica, puede hacer daño a nuestra autoestima.

Fue entregada una hoja de papel a cada participante, para que listaran aspectos relacionados con el embarazo no deseado que pudieran dañar su autoestima; posteriormente fueron leídas las frases de la siguiente lista que se consideraron apropiadas y luego se les invitó a que reflexionaran cómo podían recuperar la autoestima. Las valoraciones grupales e individuales se presentaron en plenario.




Este encuentro fue propicio para que las adolescentes expresaran experiencias y sensaciones desagradables que en algún momento les hicieron perder la autoestima, comprendieron la posibilidad de recuperarse ante situaciones que suelen ser frecuentes entre ellas motivadas principalmente por la etapa del desarrollo por la cual transitan.

Acción 6: Rutina de pensamiento

Objetivo: comprobar los conocimientos aprendidos por los sujetos participantes

Para este momento se sugiere aplicar la siguiente Estrategia de Aprendizaje: Rutina de pensamiento

Para ello se entrega una hoja que contenga los siguientes aspectos que deben analizar.

<p>RELACIONAR</p> <p>¿Cómo conectas lo aprendido con lo que conocías?</p> 	<p>AMPLIAR</p> <p>¿Qué nuevas ideas brotan en tu pensamiento a partir de este momento?</p> 	<p>PREGUNTARSE</p> <p>¿Qué es lo que sigue siendo confuso o difícil?</p> <p>¿Qué te preguntas a partir de ahora?</p> 
--	--	---

Conclusiones

1. El diagnóstico realizado corroboró las limitaciones cognitivas de atletas, entrenadores, directivos y familia en relación a la sexualidad en la adolescencia con énfasis en el embarazo precoz y su incidencia en el abandono deportivo.
2. Las acciones diseñadas con carácter abierto, flexible y vivencial constituyen herramientas cognitivo – instrumentales para prevención del embarazo en atletas adolescentes de la EIDE Pedro Batista Fonseca en función de evitar el abandono deportivo.

Referencias Bibliográficas

- Quintero Paredes PP (2016). Caracterización de los factores de riesgo del embarazo en la Adolescencia en el Policlínico Universitario "Pedro Borrás Astorga". Rev Cubana Obstet Ginecol. 2016 [acceso 12/01/2018].;42(3). Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-600X2016000300002
- Gómez Suárez RT, Rodríguez Hernández LM, Gómez Sarduy A, Torres Pestana E. (2017). Acciones educativas dirigidas a mejorar la percepción de riesgo del embarazo en adolescentes. Rev Cubana Salud Pública. 2017 [acceso 23/01/2018]; 43(2). Disponible en:
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662017000200005
- Calvache López O. El embarazo en adolescentes, un problema pendiente de solución. Pasto:(2015). Fundación Universitaria Konrad Lorenz; 2015 [acceso 09/02/2017]. Disponible en:
<http://www.ucc.edu.co/prensa/2015/Paginas/embarazo-en-adolescentes-aborto-pobreza-desigualdad-social.aspx>
- Gálvez Espinosa M, Rodríguez Arévalo L, Rodríguez Sánchez CO(2017). El embarazo en la adolescencia desde las perspectivas salud y sociedad. Rev Cubana Med Gen Integr. 2016 [acceso 23/02/2017];32(2) Disponible

en:http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252016000200015&lng=es&nrm=iso

- Biasizzo, C. A., & Brusa, C. M. (2002). Deserción deportiva en la adolescencia. Argentina: Tesis en opción el grado de Licenciado en Educación Física y deportes.
- Giossani de Morano, D., & Morano, E. (2001). La deserción en deporte. ¿Por qué se sobre exige y por qué a veces, no se exige nada? Dos motivos de deserción en el deporte. Revista Digital Buenos Aires, 1-2. Obtenido de Revista Digital Buenos Aires.
- Macarro Moreno, J., Romero Cerezo, C., & Torres Guerrero, J. (2010). Motivos de abandono de la práctica de actividades físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la Provincia de Granada. España: Universidad de Granada.
- Domínguez G., L. (2003) Psicología del desarrollo: Adolescencia y Juventud. Editorial "Félix Varela". La Habana, Cuba.