

El factor riesgo como parámetro significativo de las conductas motrices en el medio natural

Dr. Joan Fuster Matute

Profesor de Actividades a la Naturaleza
Departamento de Sistemas del INEFC-Lleida
Universidad de Lleida

1. Introducción

En el transcurso de estos últimos quince años, la práctica de actividades físicas y deportivas en el medio natural ha evolucionado desde concepciones tradicionales y minoritarias, a formas innovadoras cada vez más cercanas a una amplia masa social.

Muchos practicantes buscan emociones en la naturaleza en contraposición a una vida urbana donde la percepción del riesgo es casi inexistente; estas actividades nos pueden llevar a situaciones de exigencias motrices complicadas y intensas, o a experiencias que nos trasladan a un mundo lleno de trascendencia. El placer de poder adaptarse y de integrarse en el dinamismo de la naturaleza, de superar sus obstáculos, nos lleva a un juego cambiante en dimensiones, normas y emociones. Puede que la contraposición continuada que se establece entre ansiedad y satisfacción, nos lleve a un estado de excitación que influye altamente, valorando estas actividades como apasionantes, excepcionales y divertidas.

Como en otras situaciones en las que existe un elevado compromiso personal, en las actividades desarrolladas en el medio natural, la subjetividad puede alejarnos mucho de la realidad ya que utilizaremos una gran arbitrariedad de criterios en el momento de juzgar el riesgo de una actividad.

En esta ponencia trataremos de realizar una aproximación a las relaciones entre la práctica de actividades en la naturaleza y el riesgo. El objetivo es el de posibilitar una reflexión entorno al tema, dando una serie de conceptualizaciones, estableciendo un marco estructural sobre los factores de riesgo y sugiriendo una intervención genérica en el ámbito educativo.

2. Características de las actividades en la naturaleza y riesgo

El termino riesgo proviene del latín *resicare* que significa cortar o *risiciare*, pasar con una embarcación al otro lado de un arrecife (Assailly, 1992).

El riesgo, en nuestro caso, puede definirse bajo tres parámetros derivados de diferentes significados en relación al término:

- Situación activa o pasiva en una práctica física en el medio natural.
- Probabilidad de que suceda un accidente - superación de la situación.
- Efecto lesivo resultante.

Es contradictoria la concepción del riesgo ligada a las actividades físicas desarrolladas en un medio natural. Es muy difícil no entrar en valoraciones subjetivas dado el componente emocional asociado a la práctica de algunas de estas actividades.

Por lo tanto, el tratamiento del riesgo puede hacerse desde dos perspectivas:

- Un enfoque externo, epidemiológico, con fundamentación estadística en la que se establece la probabilidad de que se dé una situación (accidente) en un tiempo determinado. Esta concepción da muy poca información. Su valor es cero o uno, pero no explica cual es el proceso.
- Un enfoque multimodal y dinámico, que analizará los diferentes ámbitos que conforman estas prácticas y las situaciones específicas que se pueden derivar. Esta aproximación al riesgo es complicada, ya que depende de factores variables y poco estandarizados que hacen difícil su objetivación. En todo caso nos proporciona mucha información sobre las situaciones y creemos que a pesar de la dificultad de análisis, es mucho más útil para los profesionales y educadores.

En primer lugar deberíamos ser cautos y no generalizar excesivamente este binomio riesgo y actividades en la naturaleza, de entrada porque es erróneo creer que todas ellas participan de situaciones diferentes a otros deportes convencionales. Además, como ya hemos comentado, el desconocimiento del medio y de las situaciones prácticas incrementa la distorsión perceptiva del riesgo. De hecho el *boom* de las actividades catalogadas de *deportes de aventura* y su comercialización a través de empresas, radica en parte en la instrumentalización de las sensaciones de riesgo en los usuarios.

Sin duda, a pesar de la diversidad de las actividades, podemos establecer algunas características comunes en muchas de las prácticas asociadas con el medio natural. Entre ellas destacaríamos las de más reciente incorporación, a las

que suelen denominarse como deportes californianos, tecno-ecológicos, deslizantes, etc. (Laraña, 1986). En la mayoría de estas prácticas existe una serie de situaciones y una evolución en los aprendizajes que son inseparables de cierto riesgo.

Si intentamos centrarnos en las características motrices que definen estas prácticas, observamos como en la mayoría de los casos podemos hablar de situaciones psicomotrices que transforman energías generadas por el medio natural, con el objeto de lograr una adaptación y progresión en el espacio próximo. Esta transformación energética traducida en acciones motrices se realiza siempre a través de materiales e instrumentos, llamados por algunos *implementos*, nacidos y evolucionados parejamente a innovaciones tecnológicas.

Las acciones que se desarrollan en un medio natural, en muchos casos cambiante, deben centrarse fundamentalmente en la discriminación sensorial del entorno, en un continuo proceso de informaciones y la consiguiente toma de decisiones.

Habitualmente en los aprendizajes de estas actividades se producen una serie de situaciones caracterizadas por la incertidumbre, fruto de lo que podríamos llamar coste computacional de informaciones, generadas por un ambiente extraño, variable y a la utilización a veces compleja de materiales y instrumentos. Situaciones pues asociadas a cierto estrés o evaluadas por el sujeto como desbordantes de sus recursos.

En estos primeros estadios de aprendizaje los esfuerzos van dirigidos a una búsqueda constante del equilibrio con el medio, hay que evitar caer, hemos de lograr la estabilidad, todas las acciones acordes en lograr una adaptación. Progresivamente gana importancia la autoconducción en el medio, dirigimos a donde queramos, acelerar y frenar cuando deseemos.

Es verdad que en todo este complicado proceso, aparecen una serie de factores que comportan cierto riesgo, pero deberíamos destacar que es en fases posteriores a este aprendizaje cuando aparecen ciertas conductas potenciales de riesgo. En muchos casos incrementar la dificultad en la práctica de ciertos deportes, está intrínsecamente relacionado con la necesidad de jugar con los límites, con la velocidad, con la altura, con la acrobacia, etc., podríamos incluso decir que cierta progresión es casi imposible sin un desafío constante entre límites y posibilidades.

Existe por lo tanto cierto riesgo implícito en algunas actividades que utilizan el medio natural como espacio de práctica, pero también es cierto que la fuerte carga emocional para los que desconocen los condicionantes y componentes prácticos, lleva a una percepción distorsionada del riesgo y catalogan

erróneamente estas actividades. Como veremos a continuación, es algo difícil llegar a una objetivación del riesgo. Intentaremos realizar un análisis multidimensional del riesgo que permita estructurar este fenómeno tan complejo y vital para el desarrollo de las actividades físicas y deportivas en el medio natural.

3. Componentes esenciales y factores de riesgo en la práctica de actividades en la naturaleza

En el cuadro que a continuación presentamos se relacionan de forma genérica los diferentes ámbitos que conforman la práctica de actividades en el medio natural y que potencialmente pueden ser origen de factores de riesgo. Las relaciones entre los ámbitos y los elementos que los conforman son múltiples, y se caracterizan fundamentalmente por la intervención de los procesos de decisión del sujeto frente a los cambios informacionales que presenta el medio. En función de como se establezcan estas relaciones pueden darse situaciones de mayor o menor riesgo, donde podemos establecer un análisis que permita la minimización del riesgo.

El *marco natural* como medio específico de la práctica, presenta una serie de *componentes espaciales* estáticos y dinámicos que nos sugieren el desarrollo de atractivas actividades. Los elementos con carácter *estático* o estables durante un cierto periodo de tiempo (rocas, lago, bosque, etc.), y los componentes *dinámicos* como el mar, el curso alto de un río, el flujo de viento, etc., son fluctuantes y, por la tanto, inestables. En este caso, para desarrollar la actividad con seguridad, se hace necesario un proceso informacional complejo.

Los elementos que conforman el espacio estático y el dinámico, pueden ser modificados por una serie de *agentes internos*. Los agentes internos son los propios de la naturaleza, fundamentalmente los cambios meteorológicos, que pueden hacer variar el medio de práctica en poco tiempo. Los *agentes externos*, son los que causa el *entorno social*, que de forma artificial impactan en el ecosistema donde se enmarca la práctica.

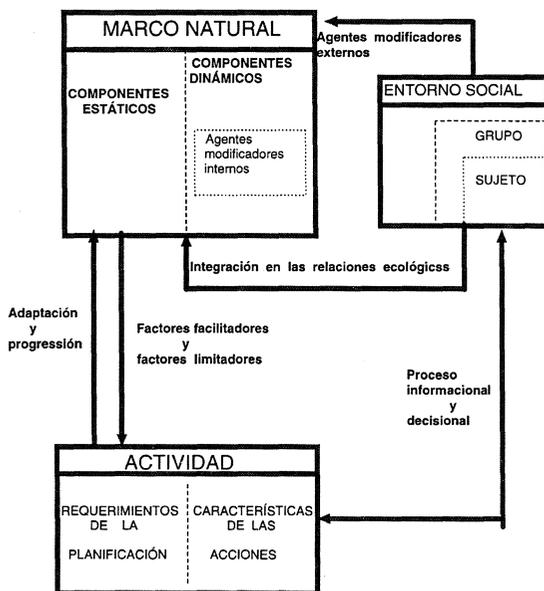


Figura 1

El ámbito de la *actividad* se centra en las relaciones entre el sujeto y el medio donde se desarrolla la práctica. Toda actividad en el medio natural se caracteriza por el intento que realiza el sujeto por adaptarse a los componentes estáticos o dinámicos del medio, o bien, por aprovechar la energía que estos generan. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, estos elementos naturales se nos presentarán como *facilitadores* y, curiosamente a la vez, como *limitadores* de la práctica. De este ámbito se derivan unas necesidades *técnicas, materiales* y de *equipamiento*, que permitirán la *adaptación y progresión* en el medio natural, y unos aspectos de *planificación* de la actividad, que nos proporcionarán una información y una previsión imprescindibles para la seguridad de la práctica.

Finalmente, tendremos que tratar el elemento central de la práctica, el sujeto. En todo deporte es necesaria una implicación global del *sujeto*, donde las cualidades físicas se han de apoyar en una buena predisposición psicológica. En las actividades en el medio natural existe un gran *compromiso global*, quizás nos atreveríamos a decir que incomparable con los deportes tradicionales como el fútbol, el baloncesto, etc. Este compromiso comporta o tendría que comportar una *integración en las relaciones ecológicas*.

Los elementos naturales presentan, a menudo, características extremas: frío, calor, oscuridad, etc., que hacen de la práctica un buen indicador de la

autonomía del sujeto, y de su capacidad para soportar la austeridad. Por otro lado, el sujeto puede disfrutar, de manera indirecta, de muchísimas sensaciones agradables y placenteras.

Todo este conjunto de experiencias pueden hacer entender al practicante la necesidad de integrarse en las relaciones ecológicas del medio, y de no considerar el espacio de práctica de forma aislada.

El sujeto no recibe únicamente una estimulación ambiental, sino que también es parte activa y decisiva en el desarrollo de la práctica. El grado de participación en el proceso decisivo estará muy condicionado en función de si la práctica se realiza en solitario o en grupo. En este último caso es importante el rol que desarrolla el sujeto en la dinámica del grupo.

Una de las principales características de la relación global sujeto-actividad-medio, es la búsqueda de seguridad mediante un *proceso informacional completo* y un *proceso decisional ajustado*. El sujeto juega un papel muy importante como modulador entre todas las partes: se informa, planifica, elige el material y el equipo, determina las técnicas a utilizar en cada momento, etc.

Este proceso decisional está acompañado de un riesgo que ha de ser evaluado y asumido por el sujeto. Uno de los problemas que se nos presenta, como ya hemos comentado anteriormente, es la dificultad de objetivar el riesgo. La toma de riesgo estará en función de la percepción que se tenga de una situación y de otros factores individuales como la personalidad del sujeto.

En toda actividad, así, tendremos que hablar de percepción y toma de riesgo.

4. Conclusiones

El análisis realizado nos permite concluir aspectos relacionados con la práctica y sugerir algunas orientaciones en el ámbito educativo.

Nuestra función como educadores y técnicos en estas modalidades potencialmente arriesgadas, será la de poder dar una visión de un modelo dinámico, incidiendo en que para cada una de las situaciones que se presenten, se requiere un nivel diferente de interrelación entre los elementos que conforman la práctica. El sujeto debe de poder manipular o adaptarse en último extremo, a las acciones, material, incluso medio, para minimizar el riesgo.

Es necesario un estudio pormenorizado y completo de los factores de riesgo en cada una de las actividades que nos ocupan, encontrar relaciones óptimas para la práctica, descifrar signos y actitudes que aumenten el riesgo, y así poder generar un marco conceptual y funcional que permitan entender mejor cada modalidad.

Desde una perspectiva educativa, nos atrevemos a sugerir que deberíamos desarrollar e introducir la *pedagogía del riesgo*. Parece contradictorio en un ámbito educativo altamente proteccionista, solicitar la incorporación de este concepto, utilizado de esta manera, a “bote pronto”, estaría rechazado por cualquier claustro docente, por cualquier consejo escolar. Pero nos llevaría al error una concepción dramática del término, hablar de pedagogía del riesgo es lo mismo que hablar de la seguridad del sujeto ante ciertas situaciones más o menos complejas.

El binomio *riesgo-seguridad* está presente en las actividades en el medio natural, esta concepción puede ser trasladada a las actividades físicas desarrolladas en la escuela. El riesgo ha de figurar bajo una concepción perceptiva, no real, manipulando diferentes elementos del entorno, como la altura, velocidad, estado de equilibrio, etc., controlados evidentemente por las medidas de seguridad pertinentes.

La presentación de situaciones en las que sea necesaria la discriminación de estímulos, la resolución de problemas a través de acciones rodeadas de sensaciones arriesgadas, ayudan a el autoconocimiento y su resolución a la autosuficiencia, aspectos ciertamente alejados de planteamientos conservadores. El contacto con la naturaleza permite experimentar un cierto sentido de la austeridad, en algunos casos hasta el extremo de la privación sensorial.

También es importante poder desarrollar acciones que mejoren el tiempo decisional, factor presente en muchas situaciones de práctica en un medio natural altamente variable y cambiante.

De forma genérica podemos finalizar diciendo:

- Que es altamente educativa la presentación de situaciones que permitan un juego entre límites de capacidades y necesidades en su resolución.
- Que estas actividades permitan un conocimiento progresivo de los materiales y prestaciones del mismo en relación a posibilidades motrices y de seguridad.
- Y por último que las situaciones permitan en todo momento dar la sensación de que el control de la seguridad, recae sobre las acciones que decide el sujeto, para llegar a un estadio final que garantice una percepción de riesgo ajustada y en consecuencia a unas medidas de seguridad autónomas y precisas.