

Ciberespacio y deporte: hacia la virtualización de los hábitos de vida saludables

María Cadilla Baz

Universidad Complutense de Madrid – cadilla@ucm.es

1. Introducción

La investigación titulada “Los usos del tiempo relacionados con la virtualización. Transformaciones Generacionales” analiza qué tipo de actividades se están trasladando del entorno presencial al virtual, con la finalidad de avanzar en el conocimiento de los cambios sociales derivados de la generalización en el uso de las tecnologías.

Los resultados de este trabajo, realizado con una muestra significativa de internautas españoles, muestran que el tránsito de actividades hacia el ciberespacio avanza a diferentes ritmos en función del tipo de actividades que se trate (cuestiones laborales, educativas, gestión de actividades domésticas, relaciones con la Administración pública, actividades de ocio, etc.). Y al mismo tiempo evidencian que el nivel de virtualización de la sociedad parece guardar relación con ciertos perfiles sociales, económicos y culturales.

La ocupación del tiempo libre, entendido como aquel espacio temporal que no se dedica a realizar obligaciones fundamentales en la vida o a cubrir necesidades básicas (Otero, 2009), es uno de los ámbitos donde el efecto de las TIC está resultando notable y transformador.

Y una de las actividades cotidianas que se desarrollan en el tiempo libre son las prácticas deportivas. La vinculación entre la actividad física y la mejora de la calidad de vida hacen de este sector una oportunidad de negocio muy atractiva para la industria tecnológica, pero también un reclamo interesante para la sociedad interesada en conocer, controlar y mejorar su estado de salud, así como para quienes recurren a las actividades deportivas como forma de socialización. Desde una perspectiva social, los usos de la tecnología vinculados a actividades relacionadas con el deporte también están provocando una transformación importante de hábitos, tiempos y espacios.

2. Resultados de la encuesta

El 91,5% de los 2.801 internautas que participaron en la encuesta afirmaron haber realizado alguna actividad de tiempo libre durante la semana previa al estudio, pero solo

el 41,3% declaró haber llevado a cabo actividades deportivas. Entre estos internautas se advierten algunas tendencias:

- Una incidencia significativamente mayor de hombres frente a mujeres.
- También son los hombres quienes más tienden a considerar las actividades deportivas como las más importantes de entre todas las que llevaron a cabo.
- De entre quienes las consideran las más importantes, destacan personas cuyo hogar está compuesto por padre o madre con hijos, mientras que la menor importancia viene asociada de forma significativa al lugar de residencia: poblaciones no capitales de menos de 50.000 habitantes.
- La práctica deportiva se vincula significativamente más a personas que cuentan con estudios superiores, están en situación activa de empleo y gozan de buena o muy buena situación económica.
- También se señala más entre personas que declaran estar siempre conectadas a la Red, y significativamente menos entre quienes se conectan a Internet solo cuando es necesario.

Sin embargo, la presencia de Internet en relación con la práctica deportiva parece ser escasa o nula en muchos casos, pues el 92,4% de los internautas encuestados declararon no hacer uso la Red en relación a las mismas. Ante esta casuística tan solo cabe señalar ciertos rasgos generales que resultan significativos entre los sujetos que contestaron afirmativamente:

En cuanto a su perfil sociológico:

- Más hombre que mujeres
- Que viven en pareja sin hijos
- Personas que se encuentran trabajando
- Internautas en situación económica buena o muy buena

Respecto a los dispositivos empleados:

- El ordenador personal y el teléfono móvil son los dispositivos de uso más habituales, fundamentalmente por internautas de entre 16 y 29 años.
- Se advierte un empleo prácticamente nulo de estos y otros dispositivos (como tablets, ebooks, videoconsolas, etc.) entre personas de 60 o más años.

En cuanto a los servicios:

- El uso de cualquiera de los servicios planteados (*correo electrónico, mensajería instantánea, aplicaciones de videoconferencia o redes sociales*) en relación con las prácticas deportivas arrojan valores residuales que apuntan a un uso mínimo o inexistente.

Actividades de subida/bajada de información de la Red:

- Nuevamente se obtienen valores que no alcanzan al 5% de la muestra cuando se les pregunta por la subida o descarga de materiales a la Red (*formularios, fotos, música, vídeos, artículos, programas o aplicaciones, etc.*).

3. Análisis

La interpretación que nos sugieren los resultados de la encuesta parte de la consideración de que el imaginario popular continúa vinculando la actividad deportiva exclusivamente con algo físico, alejado por tanto del espacio virtual.

Sin embargo, la exploración de la oferta tecnológica permite constatar la existencia de un mercado abundante de productos y servicios electrónicos vinculados a actividades deportivas y dirigidos al público general. La corriente actual de impulso al mantenimiento de hábitos de vida saludables hace que estos sean muy atractivos para el usuario y que su uso sea creciente. Tal aceptación es la prueba evidente de la progresiva -aunque silenciosa- implementación de las TIC en nuestra vida diaria, aunque dichas tecnologías parecen ser concebidas por los internautas como herramientas de ayuda o complemento a la actividad física, más que como una virtualización en sí del deporte.

Sin ánimo de realizar una clasificación exhaustiva, podrían señalarse algunas de estas tecnologías. Una de ellas serían las diversas aplicaciones destinadas a potenciar o mejorar la práctica deportiva, o bien a su monitorización, cuyas características habituales son:

- Son productos virtuales de sencillo manejo y diseño atractivo, desarrollados fundamentalmente para smartphones.
- Permiten la personalización de las actividades.
- Incorporan sensores que recogen datos biométricos y un software capaz de elaborar estadísticas e informes a tiempo real de actividad o progreso, planificar ejercicios o rutas, sustituyendo así a la figura del entrenador personal.
- Ofrecen salidas de datos diversos (imagen, audio, simulaciones 3D, ...)

- Permiten la conectividad con redes sociales, compartir datos y establecer redes de contacto con otros usuarios (Aladro, 2015, señala la escasa producción científica existente que estudie las aplicaciones de las redes sociales para la estimulación de la práctica deportiva).

Otro tipo de productos son dispositivos y software para hacer deporte vinculado al juego, uno de cuyos ejemplos más conocido es la consola Wii, que también permite interactuar online con otros usuarios.

Y en tercer lugar quisiéramos destacar una práctica en auge que está transformando profundamente el propio concepto de actividad deportiva: los llamados “deportes electrónicos” o *e-sports*, que son competiciones online de videojuegos de deportes.

Sus participantes “reivindican un estatus de jugadores profesionales o deportistas” (Koop, 2017) y el debate respecto a si estas competiciones pueden ser consideradas o no deportes está generando una enorme controversia. Pero su crecimiento es tal que en 2011 se creó la Liga de Videojuegos Profesional (LVP), que organiza una competición profesional y varios miles de torneos amateur al año. Y en 2015 nació la Federación Internacional de Deportes Electrónicos (IESF), que cuenta con más de 46 países afiliados. Esta Federación, además de organizar y regular los eventos internacionales que se celebran, tiene como misión el fomento de los *e-sports* y la lucha por su aceptación como deportes reales.

El cambio social provocado por estas nuevas prácticas se evidencia también en los intentos de regulación jurídica de los deportes electrónicos en varios países, como Argentina, que en abril de 2018 aprobó una propuesta de ley para tales fines. Además, en abril de 2019 el Comité Olímpico Internacional anunció que aceptaba la consideración de los *e-sports* y sus competiciones como actividades deportivas (Ayora, 2019). Y el debate continúa, en tanto que existen voces que reclaman para esta modalidades deportivas su inclusión en el catálogo de deportes olímpicos.

4. Conclusión

Desde nuestro punto de vista, los resultados obtenidos en esta encuesta muestran que no se produce en los internautas una identificación clara en torno a la virtualización en lo que respecta a las actividades deportivas, dado que estas se conciben fundamentalmente como actividades físicas y por tanto se desvinculan del uso de las máquinas. Sin embargo,

la gran aceptación de aplicaciones y dispositivos relacionados con el deporte han derivado en nuevas prácticas que incluso están transformando la propia noción de deporte.

Esto es una muestra evidente de que los efectos de la tecnología están provocando cambios sociales, si bien parece que en esta área concreta la virtualización se desarrolla mediante usos de la Red diferentes a los que tradicionalmente se han llevado a cabo en Internet. De ello se desprende que un conocimiento exhaustivo de esta fenomenología requeriría abordajes específicos teniendo en cuenta la naturaleza y características de estas nuevas prácticas.

5. Bibliografía

Aladro Gonzalvo, A. R. (2015). Las redes sociales en Internet como herramienta para la promoción de la actividad física y la salud: un recurso poco explorado científicamente. *Pensar en movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, (13)1, 1-8.

Ayora, V. (2019, 6 de abril). El OIC acepta a los eSports como “actividad deportiva”. *Marca*. <https://www.marca.com/esports/2019/04/06/5ca8f65c22601dfd0a8b463a.html>

Carrillo Vera, J. A. (2015). La dimensión social de los videojuegos ‘online’: de las comunidades de jugadores a los ‘e-sports’. *Index comunicación: Revista científica en el ámbito de la comunicación aplicada*, (5)1, 39-51.

Fernández, J. (2017, 6 de noviembre). Sergi Mesonero “Los e-deportes serán la referencia cultural del siglo” *ElPeriodico*. <https://www.elperiodico.com/es/entre-todos/20171106/sergi-mesonero-los-e-deportes-seran-la-referencia-cultural-del-siglo-6405813>

Garduño Sánchez, A. E. y Garduño Sánchez, L. A. (2009). La práctica del deporte a través del wii Nintendo. *Razón y Palabra*, 69.

Koop, J. (2017). Ejes para una investigación en deportes electrónicos. *Lúdicamente*, (6)11.

Navarro Adelantado, V. (2017, 30 de agosto) La prudencia del legislador. Los e-deportes a escena. *Iusport*. <https://iusport.com/art/44900/la-prudencia-del-legislador-los-e-deportes-a-escena>

Otero López, J. C. (2009). La necesidad de organizar el tiempo libre para maximizar el aprovechamiento del tiempo de ocio como espacio educativo. En J. C. Otero López (ed.), *La pedagogía del ocio: nuevos desafíos*, pp. 43-48. Lugo: Axac.