



# **REVISTA ESTUDIANTIL DE CIENCIA POLÍTICA Y POLÍTICAS DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA**

POLÍTICAS PÚBLICAS RESPECTO AL  
DESENTRENAMIENTO. EL ALTO RENDIMIENTO  
EN EL ECUADOR "PLAN DECENAL 2018-2028"

**REVISTA ESTUDIANTIL DE CIENCIA POLÍTICA Y POLÍTICAS DE LA  
UNIVERSIDAD TÉCNICA PARTICULAR DE LOJA**

TEMA: POLÍTICAS PÚBLICAS RESPECTO AL  
DESENTRENAMIENTO. EL ALTO RENDIMIENTO EN EL ECUADOR  
"PLAN DECENAL 2018-2028"

AUTOR: BYRON REMIGIO RODAS REYES

DOCENTE REVISOR: Mg. JOSÉ SANTIAGO PÉREZ SAMANIEGO

1º EDICIÓN, marzo 2022

**LOJA -ECUADOR**

**UNA PRODUCCIÓN ACADÉMICA DESDE LA MAESTRÍA EN CIENCIAS POLÍTICAS CON MENCIÓN EN POLÍTICAS PÚBLICAS**

**TEMA: POLÍTICAS PÚBLICAS RESPECTO AL DESENTRENAMIENTO. EL ALTO RENDIMIENTO EN EL ECUADOR "PLAN DECENAL 2018-2028".**

**AUTOR: BYRON REMIGIO RODAS**

**Introducción:**

La revista académica – estudiantil Política y Políticas, se constituye en un aporte de los estudiantes de la maestría en ciencias políticas con mención en políticas públicas de la UTPL para la comunidad, cada uno de los artículos aquí propuestos, tocan temas actuales y relevantes en el campo de las ciencias políticas y las políticas públicas.

Invitamos al lector a revisar alguno de los artículos propuestos entre los 19 temas que propone esta primera edición de la revista digital política y políticas 2022.

**Equipo Editor:**

Mgts. Boris Raúl Ochoa Ordóñez.

Mgts. Pedro Estuardo Puertas Monteros.

**Docentes revisores:**

Mg. Boris Raúl Ochoa Ordóñez

Phd. Shura Rosero Cartagena.

Mg. Israel Celi Toledo

PhD. Maria Luiza de Castro Muniz

Mg. Alba Lucia Yama

Mg. Pablo Ruiz Aguirre

Mg. Pedro Estuardo Puertas Monteros.

Mg. Jenny Lorena Ojeda Chamba.

Mg. Santiago Pérez Samaniego

**Diagramación y diseño digital:**

Ediloja Cía. Ltda.

Telefax: 593-7-2611418.

San Cayetano Alto s/n.

[www.ediloja.com.ec](http://www.ediloja.com.ec)

[edilojainfo@ediloja.com.ec](mailto:edilojainfo@ediloja.com.ec)

Loja-Ecuador

**Primera edición / 19 artículos /marzo de 2022.**

# Índice

<b>Resumen .....</b>	<b>5</b>
<b>Introducción .....</b>	<b>6</b>
<b>Desarrollo de contenidos .....</b>	<b>7</b>
El derecho al deporte en el Ecuador .....	7
Las políticas públicas en el deporte. ....	8
El Alto Rendimiento Deportivo ambición estatal.....	11
El desentrenamiento .....	12
<b>Resultados .....</b>	<b>14</b>
Perfil de los entrevistados .....	14
Objetivos.....	15
Método de análisis de información .....	15
Listado de informadores clave/entrevistados.....	16
Citas de los criterios emitidos en las entrevistas. ....	16
Generalidades de su práctica deportiva .....	16
<b>Discusión .....</b>	<b>22</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>23</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>24</b>

# RESUMEN

El presente artículo académico realiza un acercamiento a las políticas públicas respecto al desentrenamiento en deportistas de alto rendimiento, evaluando las políticas establecidas en el Ecuador sobre todo el "Plan Decenal 2018-2028", específicamente la necesidad de implementar lineamientos de desentrenamiento deportivo este el instrumento que define la gestión estratégica, diagnóstico, implementación, seguimiento y evaluación, diseñado para implementar y articular a nivel nacional, las acciones del conjunto de actores públicos y privados para que contribuya a cubrir las necesidades y aspiraciones en el Ecuador en el ámbito deportivo. Esta relevante política estatal no plantea una protección respecto al desentrenamiento sobre todo para los deportistas de alto rendimiento que pasan por un proceso deportivo de años de preparación física, nivel de competencia, se profesionalizan, por lo que desarrollan su vida en el entorno deportivo, cuando se retiran, en general se realiza sin una planificación. El nivel de investigación planteada es exploratorio-bibliográfica, se utilizó los métodos, inductivo deductivo, analítico sintético, descriptivo, histórico, hipotético deductivo, histórico comparado, en aplicación de las técnicas usadas de documentación y entrevistas. Las entrevistas reflejaron importantes conclusiones, entre ella que los deportistas retirados, informan que más allá del salario vitalicio que no todos reciben, no se tiene políticas para su retiro, no se establecen lineamientos de un plan físico, un proyecto de vida más allá del deporte que es pertinente que la política pública lo considere en su agenda de planificación.

Palabras clave

Política pública

Plan Decenal

Desentrenamiento

Alto Rendimiento

# Introducción

Las políticas públicas son un instrumento de diálogo entre el gobierno y la sociedad, estas, generalmente son interpretaciones de los gobernantes sobre las necesidades del pueblo, con lo cual generan acciones orientadas en satisfacer o solucionar problemas. El deporte es considerado como un derecho para garantizar un adecuado estado físico, psicológico y de vida saludable en la sociedad, y es generalmente reconocido por los diversos países del mundo dentro de su grupo de políticas públicas. Las políticas públicas deportivas en Ecuador son relativamente nuevas, por primera vez se encuentran esbozadas en un documento llamado "Plan Decenal 2018-2028", pero su implementación no está definida, ya que arrastra las barreras de la inexperiencia en el tema deportivo y la inadecuada estructura organizativa para asegurar su implementación.

La falta de capacitación y programa de desentrenamiento deportivo para los deportistas retirados, hace que estén en un período de escasa actividad física y la práctica deportiva sea la equivocada, no se ha tomado en cuenta el proceso de separación deportiva correcta. El desconocimiento de los beneficios del desentrenamiento deportivo por parte de los deportistas retirados, concibe que el proceso de realización no sea el correcto teniendo múltiples problemas por una equivocada programación del desentrenamiento deportivo. Sobre todo, el estado no hace uso del recurso humano valioso para capacitación social que se genera en los ex deportistas.

Este artículo presenta un bosquejo del tema, con la finalidad de dilucidar la siguiente hipótesis ¿Es necesario, incluir en las Políticas públicas del Plan Decenal 2018-2028, lineamientos, respecto al desentrenamiento, en deportistas de alto rendimiento en el Ecuador?, los objetivos propuestos son en general; definir una aproximación teórica al problema, establecer la necesidad de incluir en los lineamientos en las Políticas públicas del Plan Decenal 2018-2028 al desentrenamiento, mediante el contraste de la información bibliográfica con los resultados obtenidos en las entrevistas, finalmente se realiza una discusión en base a los resultados obtenidos que permiten determinar las conclusiones.

# Desarrollo de contenidos

## El derecho al deporte en el Ecuador

El deporte en su más amplia extensión está directamente relacionado con el goce de otros derechos, es más que evidente que existe una estrecha relación y simbiosis entre los derechos humanos y fundamentales a la salud y la educación con el derecho al deporte, a la cultura física y a la recreación.

Es reconocida la importancia que tiene el deporte en la vida de las personas y las sociedades, la famosa alocución "cuerpo sano, mente sana" del italiano Décimo Junio Juvenal escrita en el siglo I A.C, es muestra de aquello (Clerc, 2012). La preocupación por la práctica deportiva ha sido una constante en las sociedades desde los inicios de la historia.

El derecho al deporte en el Ecuador y su consagración constitucional vistos los tratados internacionales es indiscutible la existencia de un derecho al deporte y de una sociedad consciente de su presencia. Su afirmación se evidencia en la tendencia creciente y generalizada de incluir al deporte en rango constitucional. Como ejemplo, el contexto latinoamericano, evidencia el derecho al deporte en las constituciones de Bolivia, Colombia, Cuba, México, Nicaragua, República Dominicana, Venezuela y Ecuador, entre otras (Gutiérrez, y otros, 2010).

La Constitución del 2008 presenta un amplio catálogo de derechos declarativos y para ejecutarlos el desarrollo y fortalecimiento de garantías. El constituyente señala la obligación estatal de generar las condiciones y políticas públicas que se orientan a hacer efectivo el deporte como componente del Buen Vivir. Las garantías de este derecho se observan en el Art. 381 de la Constitución, que establece el deber por parte del Estado con respecto a proteger, promover y coordinar el deporte como parte de la cultura física, impulsar su acceso masivo y las actividades deportivas a nivel formativo, barrial y parroquial, además debe auspiciar la participación deportiva a nivel competitivo.

A las consideraciones constitucionales, se suma el desarrollo de este derecho mediante sentencia de la Corte Constitucional del Ecuador, la Corte (Sentencia N° 113-16- SEP-CC, 2016) señala que el derecho al deporte es un derecho humano, ubicado en la esfera de los derechos sociales, interdependiente con otros derechos, que permite el desarrollo de las personas en el ámbito físico, psíquico y espiritual, su

importancia como derecho ha permitido consagrarlo como derecho constitucional; la misma constitución señala la obligación del Estado y los distintos niveles de gobierno de promover, fomentar y conservar esta actividad (Clerc, 2012).

La Ley de Deporte, Educación Física y define al deporte en el artículo como:

Es toda actividad física e intelectual caracterizada por el afán competitivo de comprobación o desafío, dentro de disciplinas y normas preestablecidas constantes en los reglamentos de las organizaciones nacionales y/o internacionales correspondientes, orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales y desarrollar fortalezas y habilidades susceptibles de potenciación Recreación (Asamblea Nacional del Ecuador, 2011).

Una vez abarcado el rango constitucional, internacional y legal se puede concluir que el deporte es parte de la formación integral del individuo, se manifiesta como derecho y una garantía, es un derecho individual y colectivo, propende al desarrollo en valores, físico y psicológico, su práctica es libre y voluntaria, su desarrollo es incluyente y no discriminatorio, garantizado por el sector público y privado, colaborando a la consecución de una vida digna, por lo tanto este sector debe delimitar política públicas para establecer un plan definido para solventar los problemas sociales vinculados a esta esfera social.

## **Las políticas públicas en el deporte.**

La importancia que gira alrededor de las políticas públicas, se vincula con la injerencia que el estado posee en la sociedad y su vivir cotidiano confluye en el significado de la palabra política, misma, que se puede entender desde varias perspectivas. La política desde una perspectiva de acción pública en la que los sujetos de análisis se enmarcan en un sentido racional dentro del ciclo de las políticas públicas, en el cual se enfatizan los procesos de implementación y evaluación, correspondiendo de esta manera *"al patrón de acción gubernamental que estimula la cooperación social o desestimula los conflictos que se generen; en otras palabras, hace referencia a lo que un gobierno hace o deja de hacer por sus ciudadanos"* (Guerrero, 2013, p. 25).

Los actores que contienen políticas son aquellos que buscan evitar que los problemas lleguen a una agenda (Cardozo, 2013). En este sentido, se puede entender que no es el Estado el que actúa, sino los actores estatales dentro de partes particulares del Estado. Una discusión detallada de esto está más allá del alcance



de este documento, pero proporciona claridad de un punto de vista teórico para apuntalar la investigación.

Es así que se puede determinar a las políticas públicas como acciones públicas que el estado emprende, por medio de los diferentes actores que intervienen, hacia un objetivo determinado sobre un grupo social en un territorio. En materia deportiva, los estados también asumen la responsabilidad de garantizar que los atletas que representan al país posean la mejor preparación posible, con el más alto estándar de competitividad, con el fin de asegurar la consecución de réditos en las competencias a las que asistan a representar el país. Sin embargo, el estado ecuatoriano, es relativamente carente de experiencia en la generación de políticas públicas de índole deportiva especialmente en los que refiere al desentrenamiento deportivo, de ahí la nace necesidad de tener un sistema como estrategia para la articulación, coordinación y desarrollo del sector deportivo a través de sus actores, componentes y niveles de gobierno.

El Plan Decenal es un instrumento de gestión estratégica, diagnóstico, implementación, seguimiento y evaluación, diseñado para implementar un conjunto de acciones, propósitos, objetivos y metas que expresan la voluntad del país en materia deportiva, permitiendo guiar los procesos de modernización de la cultura física. El Plan Decenal se constituye:

En el principal medio para articular a nivel nacional, las distintas acciones del conjunto de actores públicos y privados para que contribuya a cubrir las necesidades y aspiraciones de la sociedad ecuatoriana, frente al deporte, la educación física y la recreación como factor social, asociado a los fines de salud, bienestar y condición física de la población (Ministerio del Deporte, 2018).

Es importante concebir al Estado, no como un ente ejecutor de acciones, sino como un ente eminentemente rector, planificador y supervisor, la capacidad administrativa que tiene el Estado es necesaria para una buena gestión administrativa que puede dar los frutos necesarios, siempre y cuando exista coparticipación social, si bien no es exclusivamente de la obligación del Estado, es una obligación compartida del Estado con la sociedad civil cuidar e impulsar a los deportista es una obligación individual, familiar y colectiva.

En el deporte se compaginan dos aspectos importantes como la *"salud y educación"* (Fuentes, 2015, p. 26), si se busca que cada uno de los ecuatorianos

tome responsabilidad para que en su vida haya salud, un desarrollo armónico de sus hijos y de su familia. Compaginando la educación, la salud y el deporte se puede generar criterios sociales preventivos.

Es triste que el aspecto de salud todavía enfrente problemas graves que le tienen en la cola de los países de los países latinoamericanos y, por allí vamos en muchos otros aspectos de la vida social y, por que no decirlo, en el deporte también. Es que es lamentable que haya recursos del Estado que, por una mala gestión administrativa, no han llevado a obtener acciones de impacto social que salven al Ecuador del estado en que actualmente se encuentra (Abraham, Aguila, & Milián, 2012).

La gestión administrativa adecuada, es un compromiso conjunto de todas las instituciones y es indispensable en una mesa que los gestores sociales participen. Son importantes los acuerdos, buscar una de convergencia. Por lo general, el alto rendimiento se relaciona al deporte profesional, en este espectro entra en acción las políticas públicas que se generan en torno al alto rendimiento.

Es preciso señalar, para que una política pública sea sostenible en el tiempo se deben generar los medios necesarios de participación con los sectores y actores involucrados, sobre todo los que representan un mayor peso político y que podrían atentar negativamente con la viabilidad y sostenibilidad de esta política, el "plan decenal 2018-2028" enmarca lineamientos en los que se debe incluir el desentrenamiento.

Dado que resulta necesario evolucionar en la forma de cómo se conciben las políticas públicas, el enfoque de Gobernanza, un paradigma emergente, donde *"las Instituciones estatales y no estatales, los actores públicos y privados, participan y a menudo cooperan con la formulación y aplicación de políticas públicas"* (Cardozo, 2013), señala un camino para poder formular políticas eficientes y que ofrezca el impacto esperado para que las que fueran diseñadas.

En tal sentido, esta política tendría el respaldo de la sociedad civil, al generar incentivos para impulsar el desarrollo del deporte de alto rendimiento y en general la visión de mejorar la calidad de vida de la población, con inclusión social, equidad, igualdad de oportunidades y su gran contribución a la reducción de muchos problemas sociales. Asimismo, existe la certeza que el sector privado respaldaría a través de los años esta política, sobre todo en la industria deportiva y el sector educativo, ya que al generarse una demanda de las carreras ligadas al deporte de alto rendimiento y una oferta de profesionales especializados en el rubro, esto generaría

un impulso considerable al sector y por lo tanto generaría valor a las inversiones privadas (Calzone, 2008).

## **El Alto Rendimiento Deportivo ambición estatal.**

Real Academia de la Lengua define al deportista como la *"Persona que practica algún deporte, por afición o profesionalmente o la persona aficionada a los deportes o entendida en ellos"* (Real academia española, 2001). Así también se señala que *"el deporte como institución social es, pues, consecuencia del desarrollo de cada cultura, se forma cuando una cultura alcanza cierto nivel de evolución; el deporte como conducta surge, en cambio, en un nivel anterior"* (Cagigal, 2014).

Se considera deporte de alto nivel, a la práctica deportiva que es de interés para el Estado, en tanto que constituye un factor esencial en el desarrollo deportivo, por el estímulo que supone para el fomento del deporte base, y por su función representativa de un país en las pruebas o competiciones deportivas oficiales de carácter internacional (Mena, 2020).

El deportista de alto rendimiento tiene como meta la obtención de logros deportivos del más alto nivel, generalmente siguiendo el ciclo nacional, sudamericano, panamericano, mundial, olímpico. El Alto Rendimiento Deportivo también es conocido como la cúspide de la estructura piramidal o deporte de alto nivel competitivo, se caracteriza por la forma de la planificación del entrenamiento deportivo, así como las demás ciencias que tributan a este; está dirigido al rápido aumento de la capacidad de rendimiento físico, psíquico, intelectual o técnico motor del atleta. Se considera que.

El entrenamiento es un proceso continuo de trabajo que busca el desarrollo óptimo de las cualidades físicas y psíquicas del sujeto para alcanzar el máximo rendimiento deportivo. Este es un proceso sistemático y planificado de adaptaciones morfo funcionales, psíquicas, técnicas, tácticas, logradas a través de cargas funcionales crecientes, con el fin de obtener el máximo rendimiento de las capacidades individuales en un deporte o disciplina concreta (Fuentes, 2015).

El concepto de rendimiento deportivo está estrechamente vinculado al deporte de competición (Alto Rendimiento), ya que este último, exige que los deportistas exploten sus recursos al máximo. La competición en sí misma, es una fuente poderosa de activación psicofísica, y, eventualmente de estrés, haciendo que el dominio de esta, sea un concepto clave en el desarrollo de los deportistas. La actividad deportiva en el alto rendimiento, está determinada tanto por el entorno como por el modo en que

el deportista percibe, interpreta y se desarrolla en dicho entorno. Cada vez más, esta actividad requiere de especialistas de diferentes áreas para afrontar el rendimiento deportivo y colaborar en la mejora del mismo, tanto en deportes individuales como colectivos. (Badillo & Ayestarán, 2002)

Los deportistas de alto rendimiento están en la mira pública lo que implica una especial atención de los actores políticos, en los recientes juegos olímpicos dos deportistas obtuvieron la presea dorada, lo cual trajo consigo un interés ciudadano de los deportistas y sus necesidades, sin embargo, es conocido la falta de inversión y financiamiento para los deportistas nacionales que representan activamente al país en las contiendas internacionales, por tanto no es pertinente ni mencionar a los que se están retirando.

## **El desentrenamiento**

La vida deportiva del atleta se divide por lo general en dos grandes etapas: Etapa de selección y etapa de preparación. Sin embargo, dado el nivel que han adquirido los resultados deportivos, el tiempo que se requiere para alcanzarlos y las cargas físicas a realizar por parte de los atletas, es necesario dar apertura a una nueva etapa dentro de la concepción de la vida del deportista, que la misma se le puede denominar: "*desentrenamiento deportivo*" (Calzone, 2008).

El desentrenamiento un proceso pedagógico y multifactorial, encaminado a preservar la salud, lo que implica inducir "*readecuaciones orgánicas, físicas y psicológicas en los sujetos, atemperada a las nuevas exigencias del contexto en que se desempeñan*" (Badillo & Ayestarán, 2002, p. 115). Por lo general, el alto rendimiento se relaciona al deporte profesional. Como ejemplo el caso de un tenista aficionado que, por su condición física, no puede jugar más de tres sets ya que queda agotado.

La práctica deportiva de alto nivel requiere estricto cumplimiento de planes de entrenamiento, alimentación y hábitos que permiten al deportista, alcanzar las más altas preseas en su deporte. Sin embargo, una vez que el deportista ha alcanzado su máximo potencial, y una edad específica, de acuerdo a la disciplina que practica, debe retirarse de la práctica, para lo cual se establecen procesos de desentrenamiento.

Que no son suficientemente adecuados para no generar estragos en la salud del deportista, además de problemas sociales, como la falta de empleo, ya que muchas veces, al dedicarse a la práctica deportiva, los estudiantes no logran continuar o culminar su carrera universitaria, y; en otros casos, a pesar de

haber culminado una carrera universitaria, la inserción laboral, resulta compleja por la falta de experiencia laboral (Abrahan, Aguila, & Milián, 2012, p. 8).

Por estos motivos, se requiere el programa, que permitan cubrir los gastos necesarios para su subsistencia y la integración en el sistema deportivo, como retribución a su compromiso con el país, y a los resultados y preseas obtenidas. Por tanto, el Estado no puede utilizar al deportista en el auge de su vida y carrera, y abandonarlo a su suerte en el momento en que, por su edad o condiciones específicas de cada deporte, ya no pueda seguir compitiendo.

Es imperativo que el Estado garantice un proceso de desentrenamiento, en lineamientos que pueden ser articulados en las organizaciones deportivas, garantizar que el recurso humano de los deportistas retirados, con el objetivo que configuren parte del sistema deportivo. El estado ecuatoriano considera que la pensión vitalicia es suficiente, este es un derecho que los deportistas han tenido por años, a lo largo de la historia de la normativa que regula el deporte, se ha mantenido este beneficio, incluso la Ley del Deporte, Educación Física y Recreación, aprobada en el año 2010, contemplaba este beneficio, sin embargo, en el año 2015, pasó a ser regulado por la Ley de Reconocimiento Público en las áreas cultural, científica y deportiva, y también se enfoca al alto rendimiento que limita a 304 deportistas sin considerar todos los deportistas del nivel formativo que también dedican su vida a la actividad deportiva (Ministerio del Deporte, 2018, p. 4).

El desentrenamiento deportivo demanda de una planificación que dinamice su concreción práctica, garantice su sistematicidad, tenga capacidad de generalización y que propicie la participación e implicación consciente de los sujetos comprometidos con este proceso. Hoy día se aboga por desarrollar el desentrenamiento desde la propia preparación del atleta, es decir antes de asumir el retiro deportivo. En resumen, el atleta no culmina su vida deportiva activa hasta que no se desentrena, todo ello como garantía de entregar a la sociedad un ser social apto para emprender nuevas metas y actividades desde su nuevo rol (Marín, García, & Rabassa, 2021).

A través de la generación de políticas públicas incluyentes, enfocadas en brindar espacios deportivos en comunidades donde existe incidencia de consumo de alcohol drogas, e inclusive de violencia doméstica y de género, se ha alcanzado el objetivo de reducir y eliminar tales males, fomentando además una vida más saludable y equilibrada. En este sentido, el deporte coadyuva a la reducción de la deserción escolar, evita la aparición de espacios violentos ya que la práctica deportiva motiva la competitividad sana y la convivencia armónica, y permite mantener una mente sana y ávida de aprendizaje.

Al estar tan íntimamente relacionados, salud y educación con el deporte, ha de considerarse que el derecho humano y fundamental al deporte, a la cultura física y a la recreación es tan importante como los derechos antedichos, ya que forman parte, tienen conexidad y permiten la realización del otro. Los derechos humanos, tanto como los derechos fundamentales consagrados por la Constitución de la República son interdependientes y de igual jerarquía. Ergo reviste la misma importancia garantizar la salud y la educación, tanto como la vivienda, la alimentación o el deporte. En tanto estos están conectados, para la realización material del uno debe contarse necesariamente con el otro.

## Resultados

El nivel de investigación planteado en este artículo es exploratorio para lograr comprender el hecho que se estudia, fue necesario establecer un marco o diseño metodológico que permitió conocer, describir y validar la información que se obtuvo del problema. La investigación fue de carácter mixto: bibliográfica y cualitativa. La técnica usada además de la documentación fue la entrevista que permitió conocer, informarse de la fuente misma la temática requerida y planteada.

La entrevista se plantea de forma semiestructurada en una entrevista en profundidad el objetivo de este es conocer desde la perspectiva de los actores con información de primera mano, con la finalidad de poder gestionar la información de forma ordenada y eficiente, se realiza una guía de preguntar que fueron la línea base que define la información a recabarse, las respuestas son el resultado de la conversación, se busca conocer generalidades de su práctica deportiva, las condiciones de su retiro de la actividad, el proceso de desentrenamiento al que se sujetaron, el rol de las políticas públicas en el desentrenamiento deportivo.

En la siguiente presentación de resultados de las entrevistas realizadas, se recoge las declaraciones realizadas, a través de la transcripción de las entrevistas, los criterios para citas fragmentos específicos son: la vinculación con los objetivos de la investigación, el valor de la información que aporta, la relevancia del aporte y su relevancia.

Los criterios adicionales se obtienen de 10 entrevistados, ex deportistas por la Concentración Deportiva de Pichincha y dos voces oficiales.

## Perfil de los entrevistados

Los entrevistados fueron seleccionados por ser ex deportistas de alto rendimiento, que representaron al Ecuador en diferentes disciplinas deportivas, ex campeones panamericanos, campeones juveniles nacionales, incluso alguno con records deportivos latinoamericanos, los entrevistados se dedican a diferentes actividades actualmente.

Se realizó entrevistas a 10 deportistas de Pichincha, 7 de los entrevistados trabajan en la Concentración Deportiva de Pichincha (en adelante C.D.P.) por lo que tienen aún vinculación de la actividad deportiva, de estos 7 entrevistados 5 actualmente son entrenadores de la disciplina deportiva de la cual se retiraron y dos tienen un cargo vinculada al área administrativa. Los entrevistados que no trabajan en la institución como entrenadores tiene como actividad económica actual, auditor, comerciante y jubilado.

Se realizó el acercamiento con dos voces oficiales, la ex directora de asuntos deportivos y el ex director de planificación y coordinación de la Secretaria del Deporte y Ministerio del Deporte.

## Objetivos

A través de esta técnica se alcanzó los siguientes objetivos:

- Obtener una visión global cualitativa del fenómeno estudiado a través de las percepciones y apreciaciones de ex deportistas derivadas de su vinculación y conocimiento de la problemática.
- Conocer los argumentos y valoraciones de los actores respecto a las actuales políticas públicas vinculadas al problema, tanto desde la necesidad en la visión de los deportistas y la preceptiva en el órgano estatal mediante la entrevista a las voces oficiales.
- Recopilar las incidencias reales del problema estudiado.
- Contrastar la información obtenida con los datos bibliográficos recabados.

## Método de análisis de información

Recolectada la información en las entrevistas, se realizó un análisis de discurso y contenido con la finalidad de identificar los criterios de clasificación y los objetivos

propuestos de la investigación y de la técnica aplicada, resaltar los datos que confirman, avalan y nutren los resultados de proceso investigativo.

Las actividades de análisis parte de la escucha activa de la entrevista grabada y la lectura consciente del contenido transcrito, en el análisis de contenido se establece la atención al texto y al contexto, se expone en el orden de idea determinado en la guía de preguntas, mediante la codificación se codificó la conversación en conceptos.

Por tanto, se segmenta la información según las categorías de interés para este trabajo, conforme la codificación se agrupa en conceptos comunes los datos derivados de las entrevistas que fueron descritos en el párrafo 3 del punto 6 de este apartado, esto con la finalidad de establecer las relaciones entre las diferentes categorías, así como indicas los conceptos relevantes que fueron resaltados por los entrevistados.

### Listado de informadores clave/entrevistados

Nº	Entidad	Nombre	Disciplina	Actividad actual
1	C.D.P.	M C	Boxeo	Entrenador
2	C.D.P.	J C	Boxeo	Entrenador
3	C.D.P.	N C	Boxeo	Entrenador
4	C.D.P.	R C	Atletismo	Entrenador
5	C.D.P.	V A	Atletismo	Metodóloga
6	C.D.P.	N C	Atletismo	Comunicadora Social
7	G&C Comercio	C V	Natación	Comerciante
8	Audidores Proex	J T	Tenis de mesa	Auditor
9	Impack Quito	A M	Taekwondo	Asesor de ventas
10	Jubilado	I B	Levantamiento de Pesas	Jubilado
11	Secretaria del Deporte	C D	Ex Director de planificación y coordinación de la Secretaria del Deporte	Coordinador de planificación ARCOTEL
12	Ministerio del Deporte	S V	Ex Directora de asuntos deportivos	Directora Jurídica de organización deportiva

Elaborado Ing. Byron Rodas



## **Citas de los criterios emitidos en las entrevistas.**

### **Generalidades de su práctica deportiva**

La actividad deportiva que practicaban los entrevistados se expuso en el cuadro de la nómina de los entrevistados.

### **Años de retiro**

La pertinencia de esta información permite dar a conocer la capacidad de emitir un criterio de del fenómeno estudiado deriva de conocer el tiempo que han vivido la problemática.

1. "Llevo 15 años retirado de la practica en competencia, sin embargo, como tal no he dejado de entrenar, aunque no con la misma disciplina y fuerza".
2. "Ya son 20 años desde mi última competencia".
3. "Hace 10 años me retire".
4. "en este marzo cumplo 13 años de mi retiro".
5. "Hace 8 años deje de practicar a nivel de competencia".
6. "Son ya 5 años desde que me retire".
7. "Desde hace 9 años ya no entreno y deje de competir".
8. "Ya son 11 años desde mi retiro"
9. "Son 8 años desde mi retiro".
10. "Llevo 25 años, en el 97 fue mi última competencia panamericana"

### **Motivación de retiro de la práctica deportiva**

En esta inquietud se busca extraer si hubo un proceso de desenterramiento y si las condiciones del retiro cumplen el proceso de desentrenamiento expuesto en el desarrollo del marco teórico.

1. "Empecé a tener molestias en el hombro, en la última competencia en médico me determino descansar y considerar la práctica, a raíz de esta lesión me dedique más a las entrenar porque también ya tenía la edad para retirarme".
2. "Por una lesión en el 5to. En el metatarsiano, era la tercera vez que sufría una fractura ahí la molestia ya no permitía que entrene"
3. "En mi última pelea sufrí una fractura nasal tuve rehabilitación, pero seguía sin oxigenar bien"
4. "Un problema en la rótula, también ya tenía previsto retirarme, ya no estaba rindiendo a nivel de los más jóvenes".
5. "Es normal que algunos corredores generemos fascitis plantar, a causa de esta molestia ya no podía correr con la misma intensidad mi especialidad era fondo 5000 metros".
6. "Era una práctica usual enviar el cuerpo en baños de agua helada, con los años mis pulmones resintieron esto y genere neumonía y asma".
7. "Ya estaba en la edad de retirarme"
8. "un ligamento lateral interno empezó a molestarme constantemente necesitaba una operación para eliminar el dolor, me retiré porque no podía entrenar mi familia ahorro casi al año me operé, pero ya había dejado la práctica".
9. "Una lesión en la rodilla me obligo a retirarme".
10. "Practique el deporte hasta los 39 años, ya me iba a dedicar a entrenar jóvenes ya lo venía haciendo desde hace unos años, ya era el tiempo de dejar el camino para los nuevos prospectos"

### **Apoyo de estado en el retiro**

Siete de los deportistas reciben la pensión vitalicia del estado, los tres indican que han presentado los documentos para ser calificados, señalan que recibían pero según Ley de Deportes, Educación Física y Recreación que entró en vigencia desde su publicación en el Suplemento del Registro Oficial N.0 255 del 11 de agosto de 2010, dispone en su Título VIII , que las únicas pensiones que deben ser entregadas a los deportistas son educación, entretenimiento y de retiro vitalicio; por lo tanto,

indican se elimina la pensión vitalicia por haber obtenido una medalla de oro, no tendría fundamento legal.

### **Planificación para el retiro**

En este cuestionamiento se evidencia que no existe lineamiento en las organizaciones deportivas para el desentrenamiento tema a ser regulado necesariamente con intervención del estado también se expone los actores que participan en el desentrenamiento.

1. "Como deportista sabes que todo tiene un tiempo óptimo de práctica deportiva, a veces piensas hacerlo en un tiempo determinado, sin embargo, muchas veces te sobreentrenar causando lesiones, dejas de entrenar duro y poco a poco dejas la actividad".
2. "En realidad tenía previsto para el siguiente año de mi lesión, ya estaba conversado con mi entrenador, aunque en realidad pocas veces se lleva un proceso ordenado, es complicado porque como deportista te acostumbras a dar el 110 por ciento, también es cierto que hace 20 años poco se conocía del tema".
3. "No la verdad sólo me dedique a monitorear al entrenamiento de mis deportistas y sobre todo me dedique a rehabilitarme del malestar de la lesión".
4. "El proceso de descentramiento se lo estudia en los últimos años, en mi retiro más bien se hizo una descarga, claro que estuvo relacionado a la lesión que sufrí".
5. "Me dedique a las actividades propias de mi trabajo y eso me consumió de golpe de tal manera no hubo desentrenamiento en mi retiro, además es un proceso que en estos años se estudia y protocolos propios. El desentrenamiento es un concepto relativamente nuevo, en el país la planificación del entrenamiento es un tema ya conocido, así como el desentrenamiento, pero para descargar y descansar en periodos de reposo o descanso, no precisamente como el proceso de preparación para el retiro del deporte".
6. "El problema de mis pulmones hizo que el médico me recomiende dejar la actividad física, así que no".

7. "Como ya no estaba rindiendo de la misma manera en las competencias poco decidí alejarme y retirarme, ahora bien, un proceso como tal no tengo presente que se haya hecho eso".
8. "No solo me retire".
9. "Mi lesión era fuerte por lo que de golpe deje de ir a entrenar".
10. "Poco se conocía de ese término hace años, generalmente el entrenador te guiaba en base a sus propias experiencias, era importante no dejar de golpe el entrenamiento, mantener la actividad física sobre todo por cuidar la salud".

### **Rol de estado en la generación de políticas públicas que apoyen el desentrenamiento.**

La generalidad de los entrevistados señala que el estado y el gobierno son fundamentales para el financiamiento de programas y que se pueda hacer un proceso de desentrenamiento, se resalta dos respuestas:

2. "En el Ecuador el apoyo al deporte deja mucho que desear sobre todo comparándolo con los países hermanos en Colombia por ejemplo los fondos se visualizan en los resultados que obtienen, el apoyo a los deportistas es limitado, por lo que no hablar cuando uno se retira de la actividad, existen compañeros luchando por sus pensiones, el desentrenamiento es parte importante del proceso de un deportista, en el país apenas se conoce y peor aún por parte del Ministerio de Deporte existe planificación y presupuesto para ejecutar programas al respecto"

5. "El poco conocimiento técnico de las personas a cargo de generar políticas para el deporte es evidente, cada año se lucha para que comprendan la necesidad de flexibilización porque las actividades no se pueden planificar de la misma forma que en otras actividades, no se conoce los procesos deportivos, sobre el desentrenamiento dudo que en el Ministerio conozcan sobre el tema, por lo que los entrenadores y deportistas deberán generar la propuesta de lineamientos para que el gobierno dé a conocer.

### **Ex Directora de Asuntos Deportivos**

"El cargo de Directora de Asuntos Deportivos lo ostenté 1 año, sin embargo, laboré en el Ministerio del Deporte antes denominado, Secretaría del Deporte por 5 años, antes de trabajar en esa cartera de estado fui asesora legislativa para un asambleísta nacional, es importante señalar que hay varios asuntos

pendientes por resolver en el área deportiva, la cantidad de saturación de los trámites puede resultar abrumador, sólo el registro de estatutos y directorio de las organizaciones deportivas colapsa el sistema, pocos abogados se especializan en derecho deportivo en el país. Respecto al desentrenamiento puedo decir que si las organizaciones deportivas o conglomerados de deportistas no lo ponen en la agenda del gobierno por lo que no se planifica o no se dedica organización para el efecto, tengo entendido que fue parte de la reforma a la ley del deporte, sin embargo me parece más apropiado que se ubique en el Plan Decenal 2018-2028, en razón que este documento cubre la planificación de actividades y la coordinación público y privada que la problemática necesita se coordine" S.V.

### **Ex Director de planificación y coordinación de la Secretaría del Deporte**

"Estuve en el cargo tres años hasta abril del 2021, las directrices del ente rector de deporte se realizan según la facultad y norma, según el Código Orgánico de Planificación y Finanzas Públicas del Ministerio de Finanzas, la legislación define que el ente rector de cada cartera de estado definirá las directrices para la planificación operativa anual de los fondos que transfiere, estas directrices sin duda observan la Ley del Deporte Educación Física y Recreación, su Reglamento y el Plan Decenal, el fomento de la actividad deportiva es el centro de los objetivos a cumplirse, y es la justificación cualquier programa de inversión puede presentarse por el organismo deportivo, en la planificación en algún momento se habló del desentrenamiento, pero no representaba la prioridad como lo eran otros temas como la infraestructura o eventos deportivos, varias organizaciones realizan requerimientos para modificar la planificación con un enfoque a las inversión en el capital humano, es importante que los deportistas retirados sean parte de la estructura del sistema deportivo, es Ministerio puede ser el ente que brinda el camino para que las organizaciones coordinen el tema, pero para que esto se ejecute debe existir mayores requerimientos de los entes del sistema deportivo y de los ciudadanos".

Sobre los resultados se refleja que los deportistas entrevistados explican que pese a la importancia de desentrenamiento pocos o ningún protocolo se ejecuta para su retiro deportivo, es más, esta falta de programación da como resultado que ocho de los entrevistados se retiraron del deporte que practicaban por una lesión, hubo una desconexión brusca de la actividad que constantemente realizaban.

Es evidente que no existe una política o lineamientos generales sobre la forma de desligar a un deportista, que dos ex deportistas, uno de natación y otro

de levantamiento de pesas, señalaron que dejaron la actividad deportiva por la edad, lo que implica que a su consideración ya no tenían la misma fortaleza y agilidad para competir con más jóvenes, también indican que no se llevó a cabo un proceso de desentrenamiento. La realidad implica que no existe un seguimiento y acompañamiento al deportista, no se evalúa la afectación psicológica, física o social del retiro de la actividad deportiva.

Las voces oficiales reconocen que no existen lineamientos del desentrenamiento y que es pertinente incluirlo en el Plan Decenal porque efectivamente este documento marca la pauta de la gestión del Ministerio de Deporte, aunque también resaltan que, sin la injerencia de los ciudadanos y las organizaciones deportivas el problema no se va a incluir en la agenda pública.

## Discusión

Los autores Marín Rojas, A., García Vázquez, L. Á., y Rabassa López-Calleja, M. A. (2021) en su investigación "El desentrenamiento deportivo. Una aproximación teórica". Concluyen en que se debe profundizar aún más en el proceso de desentrenamiento por su importancia en la salud de los atletas. Los referentes teóricos y metodológicos que sustentan el desentrenamiento o entrenamiento regresivo con los denominan en la investigación, señalan los autores en la actualidad son insuficientes para satisfacer las particularidades de los deportes y las características individuales de los atletas. El objetivo de la investigación de estos autores cubanos es valorar las diferentes apreciaciones de la comunidad científica acerca de estos términos y cómo se ha ido desarrollando este proceso en diferentes etapas (Marín, García, & Rabassa, 2021). De las entrevistas se refleja un desconocimiento de estos procesos en el país lo que puede conllevar a problemas en los atletas nacionales.

Mena Pérez, O. (2020) en su investigación "Modelo para la planificación del proceso de desentrenamiento deportivo" propone una macroestructura o modelo de planificación cíclica compuesto por tres mesociclos, los que a su vez están formados por 17 microciclos para tratar la carga según exigencias y características de dicho proceso, concluye que se aprecian cambios en los componentes orgánicos, físicos y psicológicos en los sujetos estudiados, que demuestran niveles de adaptación favorables según las exigencias y características de la carga durante el desentrenamiento deportivo. Es evidente en base a esta investigación que el desentrenamiento es un proceso complejo, contrastado con las entrevistas del

presente artículo se observa que los deportistas retirados quedan vinculados al deporte, es importante que conozca y se desarrolle una política pública que asegure que los niveles de adaptación sean elevados.

Abrahan, M., Aguila, A. y Milián, M. (2012) en su trabajo de investigación titulado "Principios para la individualización del desentrenamiento deportivo" establece como objeto de estudio el desentrenamiento deportivo y como campo de acción los principios para la individualización del desentrenamiento. Como aportes del trabajo investigativo se establecen principios que aseguran la individualización del desentrenamiento deportivo y tributan a su visión como proceso desde la base, los recursos, su orientación y finalidad. Dichos principios responden a la finalidad del proceso: preservar el estado satisfactorio de disposición atlética. En las entrevistas realizadas para el presente artículo fue evidente la incidencia de las lesiones con el retiro de la disciplina deportiva, no es satisfactorio el proceso para los ex deportistas.

En las investigaciones revisadas en contraste con las entrevistas se refleja no solo la importancia de llevar a cabo una planificación de un proceso de desentrenamiento, sino también los beneficios que se obtiene, las políticas públicas surgen de la necesidad de la sociedad que desemboca en un problema multicausal que requiere la atención articulada del estado, en cada aspecto de desarrollo del ser humano existen temas a ser resueltos el desentrenamiento es una muestra de los vacíos del Plan Decenal propuesto para el deporte en el Ecuador.

## Conclusiones

- El Plan Decenal 2018-2028 es el libro blanco del deporte en el Ecuador traza el plan propuesto por la política pública en la actividad deportiva, al evaluar este documento se observa que no tiene lineamientos respecto al desentrenamiento.
- El desentrenamiento deportivo, es el proceso de descarga en el entrenamiento permite preparar física y psicológicamente al deportista que va a dejar de participar a nivel competitivo, que permite optimizar el recurso humano preparado que puede ser apoyo central en programas de gobierno, que requiere de un programa multisectorial que incluye al Ministerio del Deporte, de Salud y de Inclusión Económica y Social con los organismos deportivos.

- El gobierno central tiene como obligación garantizar la práctica del deporte, esta obligación va vinculada a un deber de una adecuada ejecución que garantice recurso e infraestructura, que deben ser consideradas en las diferentes fases del proceso deportivo que incluye el desentrenamiento.
- En base a la entrevista realizada a ex deportistas y a voces autorizadas del Ministerio del Deporte, se concluye que en el Ecuador se desconoce del desentrenamiento, es necesario que surja desde una política pública que no sólo permita establecer lineamientos, sino que además abra la discusión, investigación y desarrollo del tema en el país, que articule los actores públicos y privados.
- Los actores de la sociedad civil deben participar activamente para el conocimiento de los fenómenos a ser considerados en las agendas de gobierno, por lo que organizaciones deportiva y deportistas, deben realizar los procesos sociales y políticos que lleven a que se incluya el desentrenamiento en el Plan Decenal 2018-2028.

## Bibliografía

- Abrahan, M., Aguila, A., & Milián, M. (2012). Principios para la individualización del desentrenamiento deportivo. *Lecturas: Educación física y deportes*, 4-16.
- Asamblea Constituyente. (2008). *Constitución de la República del Ecuador*. Quito: Registro oficial Nro, 449, 79-93.
- Asamblea Nacional del Ecuador. (2011). *Ley Del Deporte, Educacion Fisica Y Recreacion*. Quito: Registro Oficial Suplemento 255 de 11-ago.-2010.
- Badillo, J., & Ayestarán, E. (2002). *Fundamentos del entrenamiento de la fuerza. Aplicación al alto rendimiento deportivo: texto básico del Máster Universitario en Alto Rendimiento Deportivo del Comité Olímpico Español y de la Universidad Autónoma de Madrid*. Madrid.
- Cagigal, J. (2014). Origen, evolución y actualidad del hecho deportivo. *Revista digital de educación física*(35), 24-36.



- Calzone, F. (2008). *El desentrenamiento Deportivo (DD) y sus efectos sobre la salud de ex deportistas*. Buenos Aires: Universidad Abierta Interamericana.
- Cardozo, M. (2013). Políticas públicas: los debates de su análisis y evaluación. Cardozo Brum, M.
- Cervera, R. (2014). *Métodos y técnicas de investigación en relaciones internacionales*. Madrid : Universidad Complutense de Madrid .
- Clerc, C. (2012). Derecho del deporte o derecho deportivo. Su autonomía. *Revista de Derecho*, 17-32.
- Fuentes, S. (2015). *Bases para un plan estratégico para el Instituto Nacional de Deportes orientado a la proyección deportiva nacional*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- Guerrero, O. (2013). Políticas Públicas: Interrogantes. *Revista de Administración*, 83-88.
- Gutiérrez, F., Canda, A., Heras, M. E., Boraita, A., Rabadán, M., & Lillo, P. (2010). *Análisis, valoración y monitorización del entrenamiento de alto rendimiento deportivo*. Madrid: onsejo Superior de Deportes, Servicio de Documentación y Publicacions.
- Hernández, J. (2007). Herramientas aplicadas al desarrollo de la concentración en el alto rendimiento deportivo. *Cuadernos de psicología del deporte*, 7(1), 61-70.
- Marín, A., García, L. Á., & Rabassa, M. A. (2021). El desentrenamiento deportivo. Una aproximación teórica. *Revista Cubana de Educación Superior*, 40(3).
- Mena, O. (2020). Modelo para la planificación del proceso de desentrenamiento deportivo. *Conrado*, 16(75), 8-14.
- Ministerio del Deporte. (2018). *Plan Decenal de la Cultura Física: Deporte, Educación Física y Recreación DEFIRE 2018 – 2028*. Quito, Ecuador.

Nohlen, D. (2021). *¿Como Estudiar Ciencia Politica? Una Introduccion De Trece Lecciones*. Barcelona: Marcial Pons.

Real academia española. (2001). *Diccionario de la lengua española*. Madrid: vol.22.

Sentencia N° 113-16- SEP-CC (Corte Constitucional 2016).

# **REVISTA POLÍTICA Y POLÍTICAS**

1° Edición