

Artículos de Divulgación e Investigación

Actividad física. Consideraciones epistemológicas.

Fecha de recepción del trabajo: 30/08/2019. Aceptado para publicar el 16/11/2019

Autor: Prof. GÓMEZ, Jorge.

Resumen:

En este artículo se centra el análisis en la cuestión epistemológica, respecto a la Actividad Física, y la influencia del conocimiento científico originado en las Ciencias Biológicas en las prácticas de intervención corporal y en el sustento de las mismas, en desmedro del gestado por las Ciencias Humanas, donde la esencialidad del ser humano es ampliada y profundizada desde una abordaje complejo de la corporeidad.

Se observa como esta simplificación y reducción de la corporeidad humana a sus aspectos orgánicos –entre otros condicionantes psicosociales-, ha tenido y tiene un impacto paradójico que lleva a la población en general, a la inactividad física y el sedentarismo.

Palabras clave: Ser del ser humano; actividad física; epistemología y ontología; cuerpo y corporeidad; ciencias biológicas; ciencias humanas y sociales.

Abstract:

This article focuses the analysis on the epistemological issue, regarding Physical Activity, and the influence of scientific knowledge originated in Biological Sciences in the practices of body intervention and their livelihoods, to the detriment of the gestated by the Sciences Human, where the essentiality of the human being is enlarged and deepened from a complex approach to corporeality.

It is observed how this simplification and reduction of human corporeality to its organic aspects - among other psychosocial conditions - has had and has a paradoxical impact that leads the population in general, to physical inactivity and sedentary lifestyle.

Key words: Being of the human being; physical activity; epistemology and ontology; body and corporeity; biological Sciences; human and social sciences.

Resumo:

Este artigo enfoca a análise sobre a questão epistemológica, em relação à Atividade Física, e a influência do conhecimento científico originado nas Ciências Biológicas nas práticas de intervenção corporal e a continuidade com a mesma, em detrimento dos gerado pelas Ciências Humanas, onde a essencialidade do ser do ser humano é ampliada e aprofundada a partir de

una abordagem complexa à corporeidade.

Observa-se como esta simplificação e redução da corporeidade humana aos seus aspectos orgânicos - entre outras condições psicossociais - tem tido e tem um impacto paradoxal que leva a população em geral à inatividade física e ao estilo de vida sedentário.

Palavras-chave: Ser do ser humano; atividade física; epistemologia e ontologia; corpo e corporeidade; ciências biológicas; ciências humanas e sociais.

Introducción

Es de uso habitual el concepto “actividad física”. En las últimas décadas se ha producido un avance importante en la consideración de la actividad física –de acuerdo a su acepción más generalizada y aceptada socialmente- como una práctica humana valiosa para la prevención, promoción, mejora y recuperación de la salud.

Sin embargo, un análisis semiótico elemental nos presenta inicialmente un panorama epistemológico complejo, por dos aspectos: la amplitud e imprecisión del contenido real y simbólico que implican los dos términos asociados y las interpretaciones diversas de su sentido y significado.

De hecho, el concepto requiere de dos términos para definirse: por un lado, actividad, que de acuerdo a la definición del Diccionario de la Real Academia Española (1780), en la acepción más cercana al sentido que se intenta establecer en este documento, es el “conjunto de operaciones o tareas propias de una persona o entidad”; por otro lado, el término física –derivado en este caso del griego *pyhsis*¹-, definido como “perteneciente o relativo a la constitución y naturaleza corpórea, en contraposición a *moral*”. En esta última definición, aparece muy claro el primer problema epistemológico con que nos encontramos: la concepción de cuerpo. Este se define como contrapuesto a lo moral, es decir a las cuestiones valorativas atinentes al ser humano que –según la Real Academia Española de Lengua, o sus especialistas- no tienen relación alguna con la cuestión de su existencia corporal, incluso más, son contrapuestas. En lenguaje de la doxa, es común el uso de expresiones como “cuidar el físico” en sinonimia con “cuidar el cuerpo”, asignándole a este una cualidad plenamente objetual, en este caso, orgánico y limitado a su materialidad.

La Organización Mundial de la Salud, adhiere a este paradigma y lo fortalece desde sus definiciones y documentos.

En cualquier sitio o documento de divulgación, se encuentra la siguiente definición de actividad física, propuesta por la esta organización internacional (OMS, 2018):

“Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía.”

No sólo define la actividad física desde una perspectiva organicista, sino que la simplifica aún más, reduciendo su sentido al aspecto muscular. El ser humano como tal, ha sido circunscrito a disponer de músculos, adheridos a un esqueleto, que le posibilitan moverse.

Consideraciones epistemológicas

La dicotomía simplificadora entre la dimensión racional –y por extensión, espiritual, abstrac-

1 Término griego que significa naturaleza. Los primeros filósofos de Mileto tomaron la physis o naturaleza como objeto principal de sus investigaciones a la que concibieron como el principio u origen de la realidad, origen que atribuyeron a distintos elementos materiales, como el agua, el aire o lo indeterminado, a los que consideraron el principio o “arjé” del que procede la realidad que conocemos. Por ese motivo fueron conocidos también como “los físicos”, los que estudian la naturaleza.

Con el término physis, cuando lo transcribimos por “física”, nos referimos también al saber que tiene por objeto de estudio la naturaleza. Así, cuando hablamos de la física aristotélica o de la epicúrea nos referimos a las teorías de los aristotélicos o de los epicúreos sobre la naturaleza.

(En <http://www.webdianoia.com/glosario/display.php?action=view&id=364>)

ta, mental, psíquica- y la dimensión corpórea es una constante en la filosofía occidental, fuertemente acentuada por los dogmas religiosos, descorpolicadores, establecidos y pregnantes para concebir la naturaleza del ser humano y por el aporte de las ciencias biológicas que han instalado hegemónicamente el estudio del cuerpo humano desde la investigación empírico-racional y cuantitativa.

“La religión y la filosofía cartesiana se ocuparon de fortalecer esta separación cuerpo-mente, idealizando a esta última como la dimensión humana por excelencia, cuestión que aún se sostiene con naturalidad. Esto ha generado en Occidente un imaginario de descorpolicación de los seres humanos, por la consideración del cuerpo como un objeto posible de ser manipulado externamente, aislado de la totalidad del hombre en sí y desvalorizado por esta misma razón; el cuerpo se sufre, al cuerpo lo cura la Medicina – que trata síntomas, enfermedades, accidentes, con un lenguaje, métodos y técnicas de intervención que refieren al cuerpo en su aspecto orgánico casi exclusivamente-, lo entrena el preparador físico –pensando en la maximización de las capacidades condicionales y coordinativas-; lo embellecen las técnicas y productos que ofrece el mercado del cuerpo estético. A la muerte del sujeto, es inhumado como el resto, lo físico que queda del hombre racional cuyo ser abstracto, sus ideas y sus actos quedan en la memoria de los Otros como los aspectos realmente significativos de su paso por el mundo. Se hace necesario, entonces, volver a reflexionar sobre el ser corporal, sobre esta dimensión que le da al ser humano su en sí, su identidad, su posibilidad de hacer y proyectarse en el mundo.” (Gómez, 2014:54)

Las ciencias biológicas que se ocupan del estudio del cuerpo humano, generaron un lenguaje propio y particular que instaló, al mismo tiempo, prácticas de intervención sobre el cuerpo por parte de los profesionales encargados de su desarrollo, donde la subjetividad está desparecida y lo que importa es el cambio de las condiciones orgánicas, mensurables y sometidas al método de investigación propio de su discurso científico.

“El lenguaje es editor del mundo (Serna Arango, 2007) y ello repercute de manera compleja sobre el discurso científico, puesto que, en primer lugar, la característica primordial no será su referencia a la realidad sino las construcciones lingüísticas de las que se vale y, en segundo término, la relevancia de las condiciones de verdad se traslada hacia la verosimilitud de la interpretación ofrecida” (Miranda, 2017: 21)

Desde un análisis hermenéutico, esta interpretación de la physis se basa en la consideración de que la naturaleza del cuerpo es orgánica, simplificadora de que el cuerpo humano está determinado por una naturaleza corporal inteligente, emocional y social, es decir, de una alta complejidad natural que le posibilita, al ser humano, actuar conscientemente, a partir de una simbiosis constante entre sus dimensiones constitutivas.

La conciencia racional de un cuerpo autónomo, que dispone de una motricidad posibilitadora de su proyección al mundo y vehiculizadora de sus intencionalidades, es el punto distintivo del ser humano en este universo.

Los textos producidos por los investigadores de la dimensión orgánica, se producen en un contexto determinado por el paradigma de las ciencias naturales y sus instituciones y, en consecuencia, entran en contraposición –o al menos, sin ocuparse de su producción de conocimiento- con los textos producido por los investigadores de las manifestaciones complejas de la corporeidad humana y su expresión manifiesta, la motricidad, como posibilidad de ser y hacer en el mundo, desde el paradigma de las ciencias humanas y sociales que actúan en un contexto de interpretación diferente.

María Eugenia Velázquez (2017: 250), señala:

“En salud se suele trabajar con ramas que provienen de las ciencias naturales y físicas. Es necesario entender las reacciones químicas, el funcionamiento físico y biológico del cuerpo, etc. Pero también es importante no olvidar que se trabaja, no sólo con un hígado, un corazón o una presión sanguínea, sino también con el sujeto que lo posee y padece la disfunción. Sujeto que tendrá emociones, vida social, afectos y contingencias vitales. Y que este sujeto responderá de formas particulares y nunca del todo controlables ante el estímulo del investigador que lo pincha, le pregunta y ostenta el lugar de saber.”

Nos encontramos, no sólo con un problema epistemológico respecto al cuerpo y su actividad física, sino ontológico. Si no existe claridad en cuanto al ser corporal del ser humano, a su

magnitud y complejidad, restringida su comprensión holística por un abordaje científico limitado a investigar alguna de sus dimensiones, sin apertura a dialogar con ciencias que utilizan una metodología diferente para intentar comprender la naturaleza (physis) corporal del ser humano, buscando acuerdos para interpretar inter y transdisciplinariamente los resultados de sus trabajos investigativos, no se podrá alcanzar, en definitiva, la comprensión profunda del ser del ser humano.

Y esto tiene, por otra parte, otro impacto epistemológico: la utilización del conocimiento científico por parte de los actores sociales que operan directamente sobre la modificación de la realidad. Estos actúan a partir de la interpretación de los textos emitidos desde el sistema científico, condicionados por sus propios contextos.

Es decir, utilizando un lenguaje diferente –proveniente de otros enfoques científicos, humanistas y sociales- que exprese y explicita la riqueza de la motricidad, como dimensión del ser humano que posibilita su existir cotidiano, su proyección en el hacer creativo y constructivo, su vinculación social, su trascendencia como tal, se superaría enriquecidamente la realización de “actividades” sistematizadas para cuidar su salud (física), ampliar su “aptitud física”, sujeto a normas preestablecidas de cargas, principios de entrenamiento, tablas de evaluación del rendimiento orgánico, etc. que incluye, incluso, a las prácticas motrices cotidianas.

Además, reduciendo a los seres humanos a cuerpos orgánicos, se ejerce sobre estos cuerpos el poder de la dominación, ordenamiento y control social.

Retomando el rol de la OMS, como organismo internacional que se ocupa de la salud humana –absolutamente comprometida con ella y su mejora- leemos sus recomendaciones respecto a la actividad física. (Ibidem, 2018):

“Los países y las comunidades deben adoptar medidas para proporcionar a las personas más oportunidades de estar activas, a fin de incrementar la actividad física.

Las políticas destinadas a aumentar la actividad física apuntan a lograr que:

- *en colaboración con los sectores correspondientes, se promueva la actividad física a través de acciones de la vida cotidiana;*
- *las formas activas de transporte, como caminar y montar en bicicleta, sean accesibles y seguras para todos;*
- *las políticas laborales y las relativas al lugar de trabajo fomenten la actividad física;*
- *las escuelas tengan espacios e instalaciones seguros para que los alumnos pasen allí su tiempo libre de forma activa;*
- *los niños reciban una educación física de calidad que les ayude a desarrollar pautas de comportamiento que los mantenga físicamente activos a lo largo de la vida; y*
- *las instalaciones deportivas y recreativas ofrezcan a todas las personas oportunidades para hacer deporte.”*

Nadie puede discutir estas propuestas (aunque algunas, como la referida al fomento de la actividad física en relación al trabajo, tenga una finalidad exclusivamente productivista), pero son necesarias ciertas condiciones elementales para hacerlas posible, que se relacionan con la consideración de la subjetividad de las personas, sus formas de vida y sus culturas, su sensibilidad, sus vínculos sociales, su perspectiva filosófica de la vida, su afectividad, su proyecto de desarrollo personal, sus recursos económicos y materiales. Si se observa atentamente, las recomendaciones refieren a la externidad, a la preparación de los entornos y las condiciones formales y materiales para que la actividad física se desenvuelva.

La realidad marca que la inactividad física y el sedentarismo presentan cifras alarmantes, y esto, en nuestro análisis, en gran medida, pasa por los aspectos profundos de la constitución del ser humano y su desconsideración en la educación de los sujetos, particularmente, en su educación física formal.

El tratamiento de los alumnos, en este caso, como cuerpos orgánicos, por docentes que evalúan sus prestaciones motrices a través de tests referidos a sus capacidades condicionales, sujetos a tablas de control elaboradas en base a pruebas de laboratorio con poblaciones específicas –por lo general de países centrales y sin aclaración de sus condiciones de vida, educación física recibida, nivel cultural, etc.- y luego convierten los datos en calificaciones de

la asignatura, es muy común y difundido. El sujeto está desaparecido en estos casos y es altamente probable que esta desconsideración de su ser en sí complejo y profundo, reduciéndolo a un cuerpo atado a una comparación cuantitativa de su rendimiento motor, lleve a quienes no alcanzan los percentiles deseables desde el deber ser instalado fisiológicamente, a un importante nivel de frustración y, consecuentemente, al alejamiento de las prácticas corporales.

Esta discriminación epistemológica del conocimiento aprobado y validado hegemónicamente, respecto al conocimiento que considera al ser corporal humano desde otras dimensiones –sin desconocer al conocimiento biológico-, lleva al empobrecimiento de las propuestas pedagógicas y al retraimiento de la expresión motriz, la exploración creativa de nuevas formas de acción motriz y vinculación inteligente y, al mismo tiempo, sensible y emocional con el ambiente y con los Otros.

La epistemología de la corporeidad y el conocimiento que implica posibilitaría una disponibilidad corporal abierta a la emancipación y a un plano más elevado de humanización.

Referencias Bibliográficas

- Antós - Cullen, C., (2009), La ética en el trabajo docente, Dirección de Cultura y Educación, Prov. de Buenos Aires, La Matanza. Disponible en Internet http://servicios2.abc.gov.ar/lainstitucion/sistemaeducativo/educaciondeadultos/recursos_bibliograficos/gestion/la_etica_en_el_trabajo_docente_carlos_cullen_la_matanza_20_de_agosto_de_2009.pdf

- Gómez, J., (2014), El ser corporal y la actividad física, en “Aportes para recrear una cultura de la actividad física en argentina”, Red Nacional de Actividad Física y Desarrollo Humano. Buenos Aires, pp. 54. Disponible en Internet.

<https://www.desarrollosocial.gob.ar/wp-content/uploads/2015/05/Aportes-para-crear-una-cultura-de-la-act-fisica-enargentina1.pdf>

- Miranda, L., (2017), Introducción, en Miranda, L. (editora), (2017), “Metáfora y episteme: hacia una hermenéutica de las instituciones”, Neuquén: Círculo Hermenéutico.

- Organización Mundial de la Salud, (2018), Actividad Física, en “Temas de salud”, Disponible en Internet <https://www.who.int/es>

- Real Academia Española (1780), Diccionario de la Lengua Española, Madrid: Real Academia Española, (2018)

- Velázquez, M.E., (2017), Acerca de la metodología de investigación en ciencias sociales, en Miranda, L. (editora), (2017), “Metáfora y episteme: hacia una hermenéutica de las instituciones”, Neuquén: Círculo Hermenéutico.

Datos del autor: Prof. GÓMEZ, Jorge. Profesor nacional de Educación Física y licenciado en Actividad Física y Deporte. Decano de la Facultad de Actividad Física y Deportes y profesor de Teoría de la Cultura Física (Universidad de Flores, desde 1995). Integrante del Equipo de Capacitación de la Dirección de EF de la provincia de Buenos Aires (desde 2001).