**¿Qué le aporta el deporte a la sociedad?**

Por Julián David Bernal Pulido

**El deporte tiene incidencias directas en el desarrollo de una sociedad. No solo es una actividad de ocio, sino que aporta en dimensiones del desarrollo del individuo. La salud, la educación y una mejora en la infraestructura deportiva en los centros urbanos son algunas de las áreas en las que incide.**

Y es que hacer **deporte** no solo le corresponde a los atletas de alto rendimiento que representan a un país en eventos internacionales. El deporte es algo que está **al alcance de todos** y que todos podemos hacer para tener una mejor calidad de vida.

Entre otras cosas, con la actividad física mejoran los hábitos alimenticios, **se reduce el estrés**, se aprende valores como la **responsabilidad** y la humildad, y se mejoran escenarios para que las personas puedan salir a jugar y divertirse.

**La salud**

En primer lugar, el deporte ayuda a generar buenos hábitos de comida saludable y de actividad física regular.La Organización Mundial de la Salud (OMS) menciona que un nivel de **actividad física** en adultos ayuda a **reducir el riesgo de hipertensión**, cardiopatía coronaria, **accidentes cerebrovasculares**, diabetes, cáncer de mama y de colon, depresión y caídas.Además, el ente supranacional afirma que mejora la salud ósea y funcional, y es fundamental para el equilibrio calórico y el control del peso.

 Jairo Clopatofsky, exdirector de **Coldeportes**, recalca que el deporte es fundamental porque ayuda a desarrollar **buenos hábitos**, buenas costumbres, la fortaleza del individuo a través del ejercicio, de la perseverancia y la templanza: “Esto hace que cada persona tenga fe y creencia en sí mismo para saber que sí puede ganar y a ser mejores en las derrotas”. Una persona con un infarto le cuesta muchos millones al sector salud y se puede haber evitado si hubiera tenido una buena calidad de vida, unos buenos hábitos de comer y hacer deporte . Apunta Jairo Clopatofsky En los niños y jóvenes, el deporte **estimula el desarrollo** de huesos, corazón, pulmones, músculos y articulaciones sanas. Asimismo, sirve para mejorar en coordinación y control de los movimientos.De igual forma, la actividad física puede contribuir al desarrollo al darles la posibilidad de expresarse mediante la **interacción social** y la integración propia del deporte.

La Fundación Carlos Slim declara que el deporte es un "instrumento **único y poderoso** para la promoción y el desarrollo de una vida digna, saludable y humana", por lo que cree que "fomentar el deporte es fomentar la salud y el bienestar de la gente".

Del mismo modo, en adultos mayores, el deporte ayuda a tener un menor riesgo de caídas y unas f**unciones cognitivas mejor conservadas**, según la Organización Mundial de la Salud.

También, el deporte es un factor que ayuda a reducir las posibilidades de que los individuos caigan en **adicciones**.

Javier Lamoneda Prieto, maestro en educación física, entrenador y autor, explica que al deporte se le considera una herramienta eficaz frente a la drogadicción por los **valores formativos** que le aporta al ser humano.

Prieto cree que para que la afirmación sea cierta el deporte debe ser formativo. Así, los jugadores entienden las reglas por convicción, más no por obligación. Esto se suma a que **valoran al rival como un igual** y están en capacidad de ponerse en el lugar del otro mostrando empatía.

 https://www.senalcolombia.tv/deportes/deporte-y-desarrollo-sociedad

**La educación**

El deporte también es clave en los ámbitos educativos porque enseña a seguir reglas, a ganar, a perder y a trabajar en equipo para conseguir objetivos. También permite mejorar la socialización y entablar relaciones de comunicación para verificar mensajes y acatar directrices.

Lucia Castelli, en ,[***Desarrollo social a través del deporte***](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/734/Desarrollo_WEB.pdf) afirma que el deporte permite entender 3 cosas clave:

**1) Participar en un juego de forma autónoma**

**2) Respetar las reglas y a los demás**

**3) Vivir el deporte como una actividad placentera y gratificante.**

En la misma línea, Maria Jose Cayuela Maldonado, en el texto *Los efectos sociales del deporte*, señala que **es un instrumento de educación** y al mismo tiempo, ayuda a la educación primaria desde la familia y, después, desde la escuela.

El individuo se educa en el deporte, ya que a través de él interioriza una serie de valores básicos para su socialización. Pero, es también mediante sus acciones que el deporte adopta progresivamente sus formas y expresiones (compañerismo, solidaridad o violencia)

Cayuela Maldonado.

De igual forma, el deporte enseña a los individuos a cooperar y a trabajar en equipo. Esto, en entornos con poblaciones vulneradas, ayuda a crear tejido y cohesión social.

Julián Felipe Durán Sotelo sostiene, en el texto [*El deporte como pieza fundamental para el desarrollo social*](https://www.recercat.cat/bitstream/handle/2072/5400/WP060_spa.pdf), que **es una de las principales fuentes de integración** de la población y que es una de las actividades recreativas que más genera interacción entre las personas logrando así que se creen lazos de respeto y tolerancia.

El deporte, entonces, tiene un claro efecto sobre la educación. Esto lo reafirma el Movimiento Olímpico que tiene entre sus objetivos contribuir a la construcción de un mundo mejor y más pacífico. Esto lo hace “educando a la juventud a través de una práctica deportiva conforme con el Olimpismo y sus valores” y sin ninguna clase de discriminación.

https://www.senalcolombia.tv/deportes/deporte-y-desarrollo-sociedad

**Las infraestructuras**

El deporte también trae consigo construcciones para la práctica del mismo.

En Colombia, por ejemplo, según datos de Coldeportes, **en todas las capitales y en la mayoría de municipios existe por lo menos una obra construida** por esta entidad.

Además, entre 2011 y 2018, este ente ha aportado más de 633 mil millones de pesos a la construcción de **82 de eventos internacionales**.

Precisamente, en el país, como lo cuenta el PhD en Medicina del Deporte, John Duperly en una columna hecha para El Espectador, aparecieron programas como los Supérate Intercolegiados, los Juegos Nacionales y los Campeonatos Nacionales e internacionales, que exigieron realizar una ampliación en cuanto a escenarios, dotación y formación deportiva en lugares apartados.

Clopatosky, uno de los creadores de los “Supérate Intercolegiados”, quiso llegar a los **municipios alejados** y los departamentos que no han podido organizar un ciclo deportivo con este programa.

“Ahí comenzamos a construir país a través de programas importantes como hábitos y estilo de vida saludable”, apunta.

La mejora en infraestructura deportiva no solo ha tenido que ver con la construcción de escenarios en diferentes latitudes de Colombia. También, ha sido importante la adecuación de **polideportivos y canchas múltiples**, que le han permitido a miles de colombianos practicar deportes.

Sin embargo, Clopatosky cree que aunque en Colombia tenemos una buena infraestructura deportiva, la tenemos “muy descuidada, sin niveles de sostenibilidad”. El Alto Consejero para la Discapacidad manifiesta que construímos muchos escenarios deportivos, pero sin que los alcaldes, gobernadores y la gente encargada de cada uno se encarguen de cuidarlo.

“La gran mayoría están descuidados y reconstruirlos vale casi que lo mismo que hacer uno nuevo. Debemos hacer una **cultura de cuidado de nuestra infraestructura**. De lo contrario, construiremos y se destruirá y el país no avanzará en materia de infraestructura deportiva”, concluye.

 https://www.senalcolombia.tv/deportes/deporte-y-desarrollo-sociedad

**Y en Colombia,¿ quién organiza el deporte?**

50 años han pasado desde que el presidente de Colombia Carlos Lleras Restrepo fundó mediante un 6 de noviembre el Instituto Colombiano del Deporte, ahora Coldeportes.

Desde allí se corrió un largo camino en el que **se han cosechado 28 medallas olímpicas** y a día de hoy esta entidad **apoya a 316 deportistas olímpicos y 70 paralímpicos**.

El director de Coldeportes, Ernesto Lucena, confirma la visión de la importancia del deporte en la sociedad en su charla con [El Espectador](https://www.elespectador.com/deportes/otros-deportes/todos-los-deportes-tendran-su-espacio-ernesto-lucena-director-de-coldeportes-articulo-810491): “Los países desarrollados tienen el deporte como un pilar fundamental de la sociedad. No se concibe un Estado que no sea ejecutivo en sus políticas deportivas”.

En Colombia, el deporte y la actividad física han estado relacionados desde tiempos de Simón Bolívar y Francisco de Paula Santander. Sin embargo, no fue sino hasta **hace 50 años que se creó un ente** para organizar y administrar el deporte en nuestro país.

El historiador Alberto Galvis recuerda que **Coldeportes se creó para apoyar con la organización de los Juegos Panamericanos de 1971**, que se realizaron en Cali. Además, se lograron consolidar los Juegos Deportivos Nacionales, que no se disputaban desde 1960.

“En ese tiempo se habló de la necesidad de mayor presencia del estado en el apoyo al deporte de alta competencia y a la celebración de eventos”.Alberto Galvis

Sin embargo, Galvis advierte que se decía que se había creado una entidad sin recursos, aunque luego el Gobierno consiguió el dinero y **lo puso en Coldeportes.** “El primer director fue un vallecaucano Adolfo Carvajal, uno de los dueños de Carvajal y Compañía. Coldeportes empezó a trabajar fuertemente para apoyar a Cali” apunta.

La entidad gubernamental **consiguió organizar con éxito los Juegos Panamericanos 1971** y contrario a lo que muchos pensaban, el trabajo fue tan efectivo y sólido que se quedó como la **institución del deporte colombiano** y sobrevive hasta la fecha.

No obstante, **Coldeportes** tuvo varios cambios. Por ejemplo, en un inicio todo dependía de Bogotá debido al sistema centralista de ese entonces, en el que no existían ni gobernaciones ni alcaldías.

Luego se descentralizó y aparecieron las Juntas Administradoras de Deportes que, a su vez, crearon los Institutos Municipales y Departamentales de deportes.

Todo esto llevó a consolidar y fortalecer la actividad deportiva no solo como el alto rendimiento, sino en el sector educativo.

https://www.senalcolombia.tv/deportes/deporte-y-desarrollo-sociedad