

PROYECTO UNAM

Coordinador: Roberto Arturo Gutiérrez Alcalá robargu@hotmail.com

Conferencia sobre emoción, sufrimiento y perturbación

El Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM invita a la conferencia "Emoción, sufrimiento y perturbación. Un acercamiento desde la antropología", que dictará el doctor Luis Fernando Díaz Duarte, de la Universidad Federal de Río de Janeiro, hoy 14 de febrero, a las 16.00 horas, en la Sala de Usos Múltiples, en Ciudad Universitaria. Informes: 56-22-73-90



CINEANTROPOMETRÍA: PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO DE LOS DEPORTISTAS

Esta técnica especializada permite medir el cuerpo humano en movimiento, con lo cual contribuye a que éste pueda desarrollar, de manera óptima, sus potencialidades



Fernando Guzmán Aguilar

La cineantropometría es una técnica especializada que permite medir el cuerpo humano en movimiento; por ello resulta clave para que los deportistas, incluyendo a los de alto rendimiento, puedan desarrollar mejor sus potencialidades.

De esta manera, lo ideal es dirigir a un deportista, desde su infancia, a partir de las indicaciones de los especialistas (un antropólogo físico, un entrenador deportivo, un nutriólogo, un psicólogo y un médico del deporte) y, también, de la consideración de sus medidas cineantropométricas. "Solamente así, con ese trabajo

multidisciplinario, se puede hacer un seguimiento de las capacidades del individuo mediante estudios de crecimiento y maduración durante sus inicios en un deporte determinado y determinar si tiene o no las cualidades necesarias para triunfar en él", dice la doctora Julieta Aréchiga, investigadora del Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM y coordinadora del seminario Antropología del Deporte.

Por lo general, un saltador de vallas con piernas cortas o un portero de poca estatura no van a destacar, uno en atletismo, el otro en fútbol, aunque hay "garbanzos de libra", como se dice popularmente, que suplen esas carencias con entrenamiento exhaustivo, flexibilidad, rapidez, reflejos, visión...

Aréchiga observó, por ejemplo, que los boxeadores mexicanos amateurs que participaron en un torneo internacional efectuado en Cuba tenían poca estabilidad.

"Para evitar ese problema deben aumentar la masa muscular en las extremidades inferiores, estudiar el centro de gravedad y vigilar que el apoyo de sus pies sea correcto. En cambio, los boxeadores rusos con los que compitieron tenían los atributos arriba señalados y estaban bien plantados; así, al ser golpeados sólo se balanceaban, pero no caían. Y en el boxeo cuentan las caídas", señala.

Se considera que una persona que no hace deporte, pero está en buena condición física, tendría un índice de masa corporal de 2, mientras que un atleta de élite debe tener uno de entre 12 y 15, dependiendo de su sexo y del deporte que practique.

"Actualmente, los deportistas mexicanos de élite ya no son tan diferentes de los de otros países. Para practicar basquetbol, un individuo debe tener una talla X. Y ahora tenemos chicos muy altos en el país."

Sin embargo, para Aréchiga, el problema es que nuestros atletas olímpicos a veces son formados en cuatro años; es decir, entre unos juegos olímpicos y otros. Y deben competir con atletas que tienen doce años de edad deportiva...

aparición de su primera menstruación; y las de mayor edad, amenorreas", informa.

En la población femenil mexicana, la maduración se da a los doce años, en promedio, y en las bailarinas o atletas de alto rendimiento se puede retrasar hasta los catorce, quince o más, dependiendo de la exigencia en el ejercicio y la mala nutrición.

Algunas de las bailarinas cubanas estudiadas por Aréchiga tienen esteatopigia (acumulación de grasa en los glúteos), debido a lo cual, para alcanzar esa figura longilínea, se someten en ocasiones a dietas con una ingesta alimentaria sumamente restringida, lo que las lleva a padecer trastornos alimenticios como anorexia o bulimia.

"Hay que considerar que, si no logran conservar esa figura, salen del grupo, sobre todo cuando son profesionales", indica.

Cursos avalados por la ISAK

La cineantropometría se puede aplicar en toda la ontogenia humana (desde la etapa fetal hasta la vejez) y en todos los deportes.

Mientras en Cuba se recurre a ella para seleccionar, desde edades muy tempranas, a los niños que tienen aptitudes para desarrollar una actividad deportiva, en México aún no se aprovecha para encauzar a la población infantil.

No obstante, por algo se empieza: Aréchiga imparte cursos sobre cineantropometría en el Posgrado en Diseño Industrial de la UNAM y en el Instituto de Investigaciones Antropológicas. En ellos enseña a medir el cuerpo humano en movimiento tanto a nutriólogos, médicos y traumatólogos como a otros especialistas interesados en el tema, para que el error técnico de la medición sea reducido.

"Estos cursos son certificados por la Sociedad Internacional para el Avance de la Cineantropometría (International Society for the Advancement of Kinanthropometry, ISAK, por sus siglas en inglés), que está interesada en que todos trabajemos igual para disponer de estudios comparativos", comenta la investigadora, que está acreditada con el nivel 3 de la ISAK.

La ISAK, con miembros en Europa, África, Australia..., lleva a cabo congresos en los que se afinan las medidas cineantropométricas con puntos que están bien definidos con su respectivo nombre en latín.

"Por citar algunos, el vertex es el punto más alto y prominente de la cabeza, localizado en el plano medio sagital; el acromiale, el punto situado en el borde superior y externo del proceso acromial del omóplato; y el exocanthion, el punto externo de la comisura de los ojos."

Finalmente, Aréchiga afirma que en México hay un interés creciente en esta técnica de medición.

"Estos cursos se han impartido también en otros lugares de la ciudad de México, así como en León, Guadalajara y Chihuahua, para aprender a medir el cuerpo humano en movimiento y tener un desempeño similar al avalado por la ISAK." Más información, en el siguiente correo electrónico: jarechigav@gmail.com

También en bailarines de ballet

La investigadora universitaria ha realizado también estudios de cineantropometría en bailarines de ballet de Cuba, a los que se les exige lucir una figura longilínea.

"Las bailarinas deben tener valores altos de masa muscular y una masa grasa muy reducida para presentar una figura estilizada; algunas veces alcanzan una figura así con dietas y ejercicios muy intensos, pero esto les causa problemas fisiológicos: las niñas sufren un retraso en el desarrollo puberal y, más específicamente, en la

Solamente así, con ese trabajo multidisciplinario, se puede hacer un seguimiento de las capacidades del individuo mediante estudios de crecimiento y maduración durante sus inicios en un deporte determinado y determinar si tiene o no las cualidades necesarias para triunfar en él"

Julieta Aréchiga, investigadora del Instituto de Investigaciones Antropológicas de la UNAM

¿Cómo se lee en México?

Rafael López

Ante las nuevas tecnologías y la consecuente evolución del libro hacia una textualidad y un soporte distintos del impreso en papel, lectores, libreros, educadores y bibliotecarios se preguntan qué impacto tendrán aquéllas en los procesos educativos y de información y, por supuesto, en las prácticas de lectura.

Luego de una primera evaluación de cómo se lee en México, derivada de sus investigaciones y sus reflexiones, la doctora Elsa Margarita Ramírez Leyva, especialista del Instituto de Investigaciones Bibliotecológicas y de la Información de la UNAM, asegura que el libro impreso aún persistirá mucho tiempo.

"Estamos en la etapa del incunable electrónico. Claro, han surgido diferentes tipos de escritura electrónica que están propiciando mo-

dalidades de lectura distintas de las que han prevalecido en los medios impresos, pero estamos en una etapa inicial."

El libro electrónico todavía conserva la mayor parte de las características del libro impreso, aunque presenta una variante: la interactividad; además, ya han empezado a desarrollarse versiones que incluyen imágenes, sonido y vínculos con otros textos multimedia.

El imperio del libro impreso y las maneras de leer que se han estructurado a partir de un texto escrito continúan; a la vez, éste convive con las innovaciones originadas por la tecnología electrónica, que han dado lugar a la hipertextualidad.

Ramírez Leyva, autora del estudio "La lectura en los tiempos de Internet", ha estudiado la experiencia de esta actividad intelectual y recreativa. En cuanto a la lectura en una pantalla, la expe-

riencia difiere: los jóvenes dicen que leer en una computadora de escritorio cansa, sobre todo cuando la lectura es prolongada.

"Sin embargo, los colegas del área científica conforman un sector que produce y consume revistas electrónicas; es más, las prefieren a las impresas porque, como su proceso editorial es más breve, les permiten estar actualizados en menor tiempo con respecto a los avances y les facilitan el trabajo en equipo y el acceso a los contenidos desde cualquier lugar", comenta Ramírez Leyva.

Otros soportes de lectura como los diferentes tipos de tabletas favorecen la lectura de un texto largo, pues su formato tiende a semejarse cada vez más al del libro. Con ciertas ventajas, sus aplicaciones permiten manipular el tamaño de la letra, hacer anotaciones, consultar el diccionario, incluso enlazarse a otros sitios, si se cuenta con conexión a Internet.

"Es más, algunos libros electrónicos cuentan con aplicaciones para realizar la denominada lectura so-

cial, que favorece la comunicación entre lectores, autores, profesores y editores; de este modo, las barreras de comunicación tienden a diluirse y el texto se convierte en un espacio de trabajo y aprendizaje, y, también, lúdico", dice Ramírez Leyva.

Frente a las opiniones conservadoras sobre la calidad de la información que se ofrece en Internet, la especialista apunta: "El problema de la calidad de los contenidos y de los posibles efectos nocivos de éstos en los lectores no es nuevo. Hoy, los temores se renuevan por la libertad para comunicar y acceder a una gran variedad de contenidos. Pero éste no es el verdadero problema. El verdadero problema radica en las deficiencias en las capacidades de lectura y escritura. Los involucrados en la formación de lectores (profesores, padres de familia y bibliotecarios) tendríamos que pensar en cómo formar no sólo a las nuevas generaciones, sino también a los adultos, para que puedan escoger los mejores contenidos escritos y audiovisuales, aprovecharlos y

disfrutarlos; en cómo hacer de la lectura una experiencia que les permita formarse y transformarse."

En una investigación efectuada por Ramírez Leyva entre estudiantes de bachillerato de la UNAM, ellos dijeron preferir las fuentes digitales de información cuando se trata de sus tareas y el libro impreso cuando se trata de leer. Incluso, algunos expresaron preocupación por el tiempo que sus hermanos menores dedican a navegar por el ciberespacio o a jugar videojuegos.

"Aun más; pese a que pertenecen a la denominada generación digital, se observa que no aprovechan el potencial que les ofrecen los medios impresos y electrónicos, como la biblioteca digital de la UNAM. Y lejos de pensar que dominan las tecnologías de la información y la comunicación, es necesario integrar a su proceso educativo programas para el desarrollo de habilidades informativas. Así podrán utilizar con mayor provecho fuentes y recursos que amplíen su universo informativo."