

# SOCIOLOGÍA



**I.N.E.F.**

**INSTITUTO NACIONAL DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**SOCIOLOGIA**

**DEL DEPORTE**

**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA DE MADRID**

Dimas Carrasco Bellido  
David Carrasco Bellido

**ÍNDICE**

**TEMA 1**

DEPORTE Y ESTRUCTURA SOCIAL. EL DEPORTE EN LA SOCIEDAD ESPAÑOLA

**TEMA 2**

SOCIOLOGIA DE LA EDUCACIÓN , DE LA ÉTICA, DE LOS VALORES

1. ¿ Para qué educamos ?.
2. ¿ Cómo debemos educar ?.
3. ¿ Qué debemos transmitir ?.

**TEMA 3**

DEPORTE Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN .UNA RESPUESTA EDUCATIVA

**TEMA 4**

EL CULTO AL CUERPO. ANOREXIA Y BULIMIA

**TEMA 1**

DEPORTE Y ESTRUCTURA SOCIAL. EL DEPORTE EN LA SOCIEDAD ESPAÑOLA

1. La estructura social del deporte.
2. Deporte, clase social y movilidad social.
3. Evolución de los hábitos deportivos en España. Hacia el crecimiento complejidad y heterogeneidad deportiva: consecuencias.
4. La situación en otros países.
5. Evolución del deporte: de un sistema cerrado a un sistema abierto y multiopcional. Hacia una diversificación de modelos deportivos.

En 1975 aparece la 1ª encuesta de los hábitos deportivos de la sociedad española, la cual es valorada, a diferencia que la que se sucedieron en 1974 por el C.N.E. y en 1978 por el C.S.D., las cuales no fueron valoradas debido a que siguieron unos criterios totalmente diferentes, de ahí su menor grado de importancia.

A partir de esa encuesta de 1975, la cual sentó un precedente, M. García Fernando va a llevar a cabo una encuesta del mismo tipo cada cinco años a partir de esa fecha, es decir, realiza una en el 1980, 1985, 1990 y en 1995.

Estas encuestas trataban de analizar los siguientes puntos de interés:

1. Las tasas de la práctica deportiva española, teniendo en cuenta las características básicas sociodemográficas:
  - 1.1. Por niveles de estudios.
  - 1.2. Por género.
  - 1.3. Por comunidad autónoma de origen.
  - 1.4. Por edad.
2. Número de instalaciones deportivas.
3. Asistencia al espectáculo deportivo y su relación con el deporte para todos.

Para llevar a cabo, el estudio de estas encuestas se expusieron una serie de tablas, las cuales nos llevan a determinar que:

⊗ *Por conclusiones, lo siguiente:*

1. El deporte se practica de forma distinta en hombres y mujeres, con distintas motivaciones, siendo en los primeros fines competitivos, y en las segundas con fines saludables y estéticos.
2. Por edades, la juventud practica más que la gente más adulta, también con motivaciones diferentes, los jóvenes más por competición y los adultos más por fines lúdicos.
3. Por nivel cultural, el deporte aumenta con la cultura, por estar la gente con mayor nivel de estudios más concienciados de los beneficios del deporte. Esto ha

producido un aumento de la práctica deportiva en los últimos años, debido a la mejor preparación de la sociedad y el menor índice de alfabetización.

4. Otra opción es que el deporte es poco, malo y deficiente respecto a Europa, no por instalaciones sino por incultura y porque el gobierno promociona mucho más el deporte de alto nivel y de espectáculo.

⊗ *Por consecuencias, las siguientes:*

1. A la larga, el deporte aumenta la esperanza de vida y mejora su calidad.
2. Otra opción contraria, dice que la organización del deporte en España fomenta la vida sedentaria y grupo reducido de élite.
3. Las diferentes motivaciones por sexos, edad, etc.. inciden mucho en el nivel de constancia y existencia.

⊗ *Por relaciones entre modelos, los siguientes:*

1. Hace años, el deporte espectáculo era apto sólo para iniciados, no movía mucha afición. Pero con el tiempo y la televisión, el deporte espectáculo mueve masas, a todos los niveles, dándose un público muy heterogéneo.
2. Otra opción, es que las relaciones entre el deporte espectáculo y el deporte para todos son malas y crean frustraciones, porque los simples aficionados no pueden realizar muchos ejercicios.

Una vez analizado los resultados obtenidos por las numerosas tablas, pues sacamos las siguientes conclusiones, consecuencias y relaciones:

### ⇒ **Conclusiones.**

1. Aumento de la práctica deportiva y de la frecuencia con que se realiza dicha práctica deportiva.
2. Proceso democratizador ( sexo, edad y clase social ), en España desde el 75 al 90, aunque en el 95, sufre un parón.
3. Todavía está muy lejos de ciertos niveles de práctica deportiva alcanzada en otros países. Para poder alcanzar estos niveles de otros países hay que igualar la práctica entre hombres y mujeres y aumentar la prioridad al sector público.

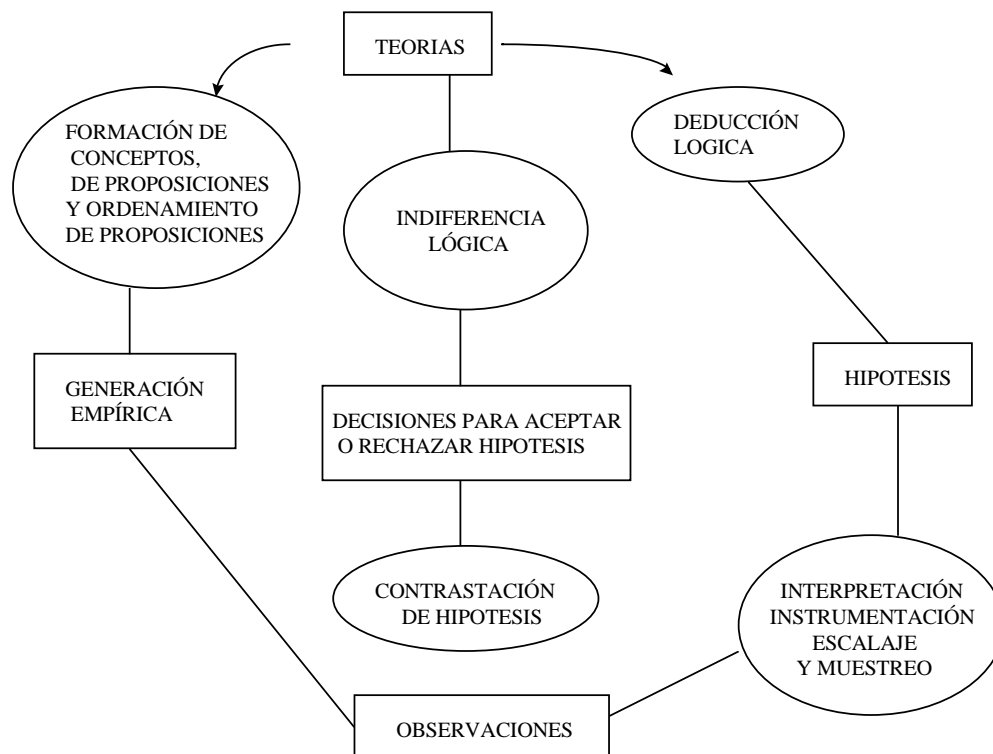
### ⇒ **Consecuencias.**

1. Creciente complejidad del sistema deportivo. Las demandas aumentan la heterogeneidad y la motivación ( salud, ocio, prendas, competición ), mientras que las ofertas proporciona complejidad y diversidad.
2. Adecuación de los sistemas formativos, es decir, especialidad formativa.
3. Necesidad de instalaciones polivalentes y adaptables.

⇒ **Relaciones entre ambos modelos.**

Distinguir entre audiencia y práctica. La audiencia es un elemento de cohesión social, de cohesión individual que favorece la diversión. Mientras que la práctica favorece las situaciones de conflicto y los abusos ideológicos que sirven para influenciar sobre la población.

Para algunos autores la relación entre estos dos modelos no es conflictiva, sino que ambas se refuerzan. Suelen utilizar como recurso la incidencia del deporte espectáculo en la práctica deportiva. Otros autores dicen que el dinero que se fomenta para el deporte de competición se quita de la inversión en el deporte para todos.



Ambos modelos van a tener unas determinadas características y sus consecuentes seguidores, como son:

1. Rasgos fundamentales del sistema deportiva tradicional o modelo cerrado o de Heineman:

Es un sistema autónomo y homogéneo, debido a que presenta:

- Reglamentación estricta.
- Obtención de logros.
- Preparación disciplinada y continua.
- Competitividad.
- El juego lleva implícito un resultado.
- Ética del trabajo.

Este sistema conduce a la sinergia, es decir, una fluctuación entre el sistema mediático y el sistema deportivo y además contiene unos procesos muy acentuados de selección y jerarquización que conducen a la exclusión y marginación ( género, edad, capacidad económica, aptitudes físicas...), es decir, es un coto cerrado para jóvenes, varones de clase media y alta.

2. Rasgos fundamentales del sistema deportivo actual o modelo abierto o de Puig:

Es un sistema diversificado y complejo, debido a que presenta:

- Múltiples alternativa, que están en constante evolución.
- Capaz de responder a una nueva demanda mucho más amplia y heterogénea, basada en la idea de realización personal: adultos, 3ª edad, mujeres, clases medias y bajas, discapacitados.
- Sentido integrador y democrático.
- Nuevos modelos deportivos.
- Escasa identidad propia, siendo cada vez más difícil de acotar.

En la época actual, aparte del modelo abierto existen otros tipos de modelos como son:

*A) Modelo instrumental.*

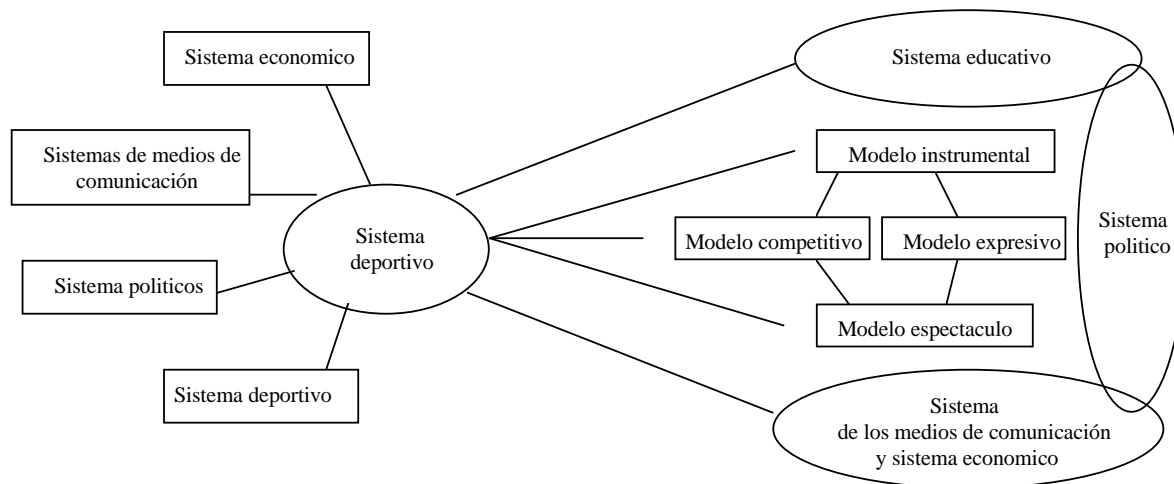
Son aquellos sistemas deportivos en los que se utiliza la actividad física y el deporte como instrumento para obtener un fin. Como por ejemplo, para obtener salud. Es un sistema seguido por Harrison.

*B) Modelo expresivo - sensitivo.*

Son aquellos modelos donde el cuerpo ya no es un medio, sino que se convierte en el fin último de la actividad. Como por ejemplos los deportes ecológicos.

Todo esto que ocurre en la sociedad actual ha hecho que se produzcan **una serie de cambios en la estructura organizativa del deporte**, como son:

1. Inestabilidad en el movimiento asociativo.
2. Mayor movilidad en el mudo asociativo.
3. Asociación menos fiel de la gente.
4. Del “ club “ a las “ nuevas formas organizativas “ del deporte ( la oferta de un buen servicio prima frente a otras formas emocionales de integración ).
5. Mayor flexibilidad y adaptabilidad. Más integradoras y menos discriminatorias.
6. Conflicto: “ la racionalidad económica “ contra “ acceso masivo y democratizador”.



**Transformación del deporte del sistema cerrado a abierto**



## TEMA 2

### SOCIOLOGIA DE LA EDUCACIÓN , DE LA ÉTICA, DE LOS VALORES

1. ¿ Para qué educamos ?.
2. ¿ Cómo debemos educar ?.
3. ¿ Qué debemos transmitir ?.

#### **1. ¿ Para qué educamos ?.**

Se educa para obtener los siguientes objetivos:

- Para humanizar.

La educación es el único medio para humanizarnos, ya que, nos transmite la cultura ( lenguaje, valores sociales ). Los hombres tienen capacidad de aprendizaje, de ahí, que deban aprender a ser hombres, mientras que los animales sólo realizan un proceso de imitación simple.

- Para formar personas autónomas.

Estas personas autónomas se forman para que confíen en sí mismas y en su inteligencia. La condición suculda del buen maestro, si has hecho una tarea correcta, ya no se necesitará al maestro al final.

Antonio Gala decía: “ La buena educación es la que permite percibir todas las buenas influencias de nuestro alrededor sin ser atrapado ni dirigido por ninguna de ellas “.

- Para conservar lo más valioso de la sociedad, pero a la vez para perfeccionarla.

Necesitamos transmitir lo que pensamos, e incluso debemos innovar para que la sociedad evolucione. Él que recibe el aprendizaje, debe querer profundizar, ya que, le produce un proceso de insatisfacción.

En toda educación se produce en el que la recibe, el deseo de hacerlo mejor con los que ellos van a ser responsables.

- El optimismo.

Es la actitud rigurosa de un buen educador.

## 2. ¿ Cómo debemos educar ?.

Tal como decía Montaigne: “ *el niño no es una botella que hay que llenar, sino un fuego que es preciso encender* “. De esta frase deducimos que la botella es instrucción, es decir, transmitir conocimientos puros y duros, mientras que el fuego es la educación, en la que el individuo genera por sí mismo. Ambos tienen importancia en la evolución humana, ya que, tan importante son los contenidos como la forma de transmitirlos.

Se debe seducir en vez de intimidar. El educador debe despertar el gusto por aprender y alejarse de la pedantería pedagógica, es decir, debe estar más preocupado en compartir lo que sabe con los alumnos, que en demostrar a los alumnos que sabe.

La buena educación debe despertar en los alumnos el gusto por aprender. Lo importante de la educación es enseñar a aprender, es decir, formar fábricas y no almacenes.

Se debe tener un espíritu crítico, activo y cooperativo, evitando la enseñanza memorística y fomentando la disidencia razonada.

- Crítico: personas que traten de buscar por sí misma una serie de contenidos y no creerse siempre lo que le estamos diciendo.

- Activo: no acumulación pasiva de conocimientos.

- Cooperativo: fomentar en trabajo en grupos.

- Disidencia razonada: capaces de reflexionar y disentir de forma lógica.

Toda educación va a necesitar un modelo, el cual, no puede proporcionar la escuela, ya que, no puede ser neutral debido a que toma parte por ciertos valores de excelencia y reconocimiento ( autonomía personal, conocimientos, generosidad ) frente a otros ( riquezas, poder, fama ).

Por eso, el modelo más significativo es el de la familia, cuyo papel viene regido por los siguientes puntos:

a) *La familia condicionante de la educación.*

La circunstancia social es la herencia más importante que nuestros padres nos legan. La necesidad de una educación universal y compensatoria de desigualdades. La importancia del amor y de la afectividad.

b) *La importancia de la autoridad ( “ ayudar a crecer “ , mediante el principio de realidad o la necesidad de poner límites ). Eclipse educativo de la familia. Causas sociológicas. Cambios de la estructura familiar: desorientación, conflictos y retos.*

Las causas sociológicas son:

- Aportación de la mujer al trabajo.
- Reducción del número de miembros de la familia fijos ( desaparición del abuelo en casa ).
- Profesionalización del servicio doméstico en determinadas clases sociales.

Estos cambios en la estructura familiar implican los retos, los conflictos, la desorientación, llevándonos así a una vida más común, donde se produce un abandono de las responsabilidades educativas en el ámbito familiar.

Hannah Arendt, dice que: “ *la crisis de la educación contemporánea no proviene de la sublevación infantil sino que los adultos no han sabido ejercer esa autoridad* “.

c) *La televisión o la desaparición de la infancia. La infantilización y pasividad de los adultos. Los razonamientos educativos frente a las sensaciones e impresiones hipnóticas y acríticas de los medios. La educación como aprendizaje de disciplina y esfuerzo, frente a una cultura de consumo que todo lo facilita. La enseñanza de los medios de comunicación.*

En 1982, Neil Postman nos explica en su libro “ Desaparición de la infancia “, que la televisión es la causa de que se esté acabando con la infancia, debido a que tiene una gran capacidad para transmitir numerosos conocimientos, pero no son los que interesan, como por ejemplo la guerra, el sexo, etc., por tanto se deduce que la televisión produce la ignorancia en la infancia. Hay que tener en cuenta que los adultos viendo la televisión también se infantiliza, y además, pierden las ganas de

trabajar, ya que, la televisión es la *cultura de la vagancia*. La educación trabaja con la reflexión, el esfuerzo, la dureza, obteniendo como resultado la vocación, siendo por tanto, *la cultura de autonomía*.

### 3. ¿ Qué debemos transmitir ?.

La transmisión que nosotros tenemos que hacer cuando educamos se basa en una serie de principios:

a) De la transversalidad a la especificidad temática.

La transversalidad es defender esos principios éticos que la educación debe transmitir, llegándole al individuo a través de todas las materias.

b) Ética.

Como principio ético, tenemos la libertad y la responsabilidad, ya que, nosotros no nacemos libres, sino que nos liberamos. Ser libre es tomar conciencia de que “ tanto la virtud como el vicio están en nuestro poder “. La responsabilidad como reverso inevitable de la libertad. La conciencia. Nuestros actos no van inventando, mejorando, empeorando. Las circunstancias sociales como excusa para no hacer lo que debemos.

Toda educación debería tener un principio, al menos de ética y moral. La ética son los ideales racionales de validez universal que todos podemos comprender y compartir, mientras que la conciencia moral es la forma de vivir esos principios éticos.

La diferencia entre ética que defiende principios racionales y da libertad, frente a los principios religiosos, el dogma, es que el dogma afecta sólo al que tiene fe, mientras que la ética afecta a todo el mundo, de aquí deducimos que la ética es educable.

c) Empatía.

La empatía es la capacidad de ponerse en el lugar de otro. Es educable. Lo contrario de la empatía es la violencia.

d) Humanidad contra diversidad cultural.

Nuestra humanidad común es esencial, mientras que nuestra diversidad cultural es accidental. Nosotros cuando nacemos somos humanos, mientras que la

cultura que obtenemos depende del sitio en que nazcamos, de ahí, que sea accidental.

Nacionalismo. Racismo y xenofobia. Ideologías fanáticas. Todas estas actitudes han de ser reprochadas, porque no son respetables.

e) Democracia.

La democracia como proceso abierto e inacabado. La educación universal como obligación democrática por instinto de consecución.

*Educación y libertad:* liberas a coacción y liberas a miseria. Injusticias sociales. Para poder llegar a ser libre con la educación que se te proporciona ha de obtener estos dos tipos de libertad, es decir, la libertad de coacción y la libertad de miseria.

Intereses cuantificables y razonables.

f) Educación sexual.

De la ocultación al espectáculo.

De la culpabilidad por hacer, a la preocupación por no haber hecho.

Información biológica e higiénica ( evitar víctimas de la ignorancia: embarazos no deseados, sida ... ) pero también sobre sentimientos.

g) Drogas.

La contradictoria e ineficaz lógica y social: la narcocruzada y el floreciente negocio del narcotráfico.

De la falta de pautas de uso a la tentación abusiva.

La adulteración, la necesidad de un control y legalización de las drogas.

Se debe educar con verdades, dando información.

h) Violencia.

La violencia nunca debe ser respondida con la violencia ( utopía engañosa ).

La violencia siempre es respondida antes o después con violencia. Esa cadena reactiva, cruel de estímulos es precisamente lo que la hace tan terrible y por lo que, debemos tratar de evitarla en lo posible.

No es un fenómeno diabólico, sino un componente de nuestra condición. Debe ser mitigado racionalmente por nuestros impulsos no menos naturales de cooperación y concordancia.

La mejor manera de tratar educativamente el tema de la violencia es permitir a los niños hablar y reconocer abiertamente sus tendencias agresivas. Reconociendo todas estas tendencias podremos contrarrestarlas educativamente.

Resolución de conflictos de forma inteligente y reflexiva. La capacidad de comunicación y de diálogos. Debates. Adaptación de perspectivas. Empatía. Negociación. Separar el objeto de valor de la persona.

i) Racismo y Xenofobia.

Su violencia contra colectivos a los que consideran inferiores ( inmigrantes, negros, homosexuales, prostitutas, vagabundos .. ), les ayuda a reducir la incertidumbre sobre la propia identidad ( Diaz - aguado, 1995 )

j) Pandillas.

La importancia socializadora de estos grupos en la adolescencia ( sentimientos de comunidad y seguridad, de reconocimiento y afirmación, de efecto y calor emocional ).

La pandilla como refuerzo de valores personales - familiares.

Las tareas alternativas en las que buscan protección, atención, reconocimiento, amor del que han carecido.

## TEMA 3

### DEPORTE Y MEDIOS DE COMUNICACIÓN .UNA RESPUESTA EDUCATIVA

( Hacia una educación crítica y responsable ante los grandes espectáculos televisados )

Len Masternal dijo que la escuela te enseña a leer y escribir pero no a ver la televisión. Su libro no nos habla específicamente del deporte, pero si da una serie de especificaciones para aprender a ver televisión.

El libro de Len Masternal es pedagógico y educativo, ya que tiene el fin de enfocar las clases, mientras que el libro de Sánchez Noriega llamado “ Crítica de la seducción mediática “ es más una tesis doctoral, que tiene el fin de enseñarnos a dar clases.

Este tema de los medios de comunicación gira en torno a cinco preguntas claves:

#### **1. ¿ Por qué educar sobre los medios de comunicación ( a través del deporte ) ?.**

- Elevados niveles de consumo mediático ( Unesco ). Los mayores niveles son los de los niños, los cuales, son los más influyentes ya que tienen menos recursos. La Unesco ha demostrado un mayor índice de niños que consumen más televisión que tiempo que está en la escuela.

- Moldean nuestra percepción de la realidad ( Masternan, 1993 ). Los medios no muestran la realidad, sino su realidad lo que hace que nosotros nos veamos influenciados por esa realidad que nos muestran.

- Los niveles de consumo de violencia hace que la gente entienda la realidad más violenta de lo que en realidad es. Desde el punto de vista deportivo, el deporte tiene gran importancia social ( Ministra se preocupa por seleccionador nacional ), sobre

todo el fútbol espectáculo, y eso es debido a que los medios presentan la realidad que ellos quieren y no la que realmente sucede.

- El problema de los medios es que convierten la información en algo crítico. La gente que tiene la responsabilidad de seleccionar las noticias y la de transmitir las, no nos dejan reflexionar sobre ellas, ya que nos dan un sólo enfoque, como por ejemplo la frase famosa de Ernesto Sainz de Buruaga “ así son las cosas y así se la hemos contado “.
- Los medios de comunicación utilizan estrategias de percusión que subyacen en la aparente neutralidad de los mensajes, es decir, nos transmiten noticias con estrategias pero dándole un sentido de neutralidad cuando no lo tienen.
- Hay autores que dicen que la televisión y los medios de comunicación están suplantando a partidos políticos convirtiéndose en alternativas democráticas. Con esto, lo que se trata de decir es que, los medios de comunicación intentan conseguir votos a través de la influencia de los medios de comunicación. Pero según otros autores, son los medios de comunicación quienes garantizan la democracia.

## **2. ¿ Cómo educar sobre los medios ( a través del deporte ) ?.**

La mejor manera de educar sobre los medios a nuestros alumnos es la reflexión desde el pensamiento crítico, es decir, tener unas posturas críticas y éticas de pensamiento.

Debemos dar un enfoque lúdico, motivar la participación. El deporte espectáculo, un ámbito educativo privilegiado. La importancia de cuestionar y ampliar nuestros placeres.

Debemos educar con programas educativos, con lo que la gente disfruta viéndolos, como por ejemplo el partido de fútbol semanal, pero sabiéndolo consumir. Una vez que los alumnos sean captados, debemos hacer nuestra labor, que es ampliar esos placeres y que disfruten de algo más de un partido de fútbol, simple y definitivamente, como ampliar placeres.

## **3. La trama de intereses y presiones que se esconden tras el proceso de construcción de los documentos ( deportivos ).**

En este apartado hay que destacar el siguiente punto:

- Es esencial saber que los medios de comunicación pertenecen a los grupos mediáticos, es decir, los medios de comunicación pertenecen a empresas, personas que son los que mandan.



Esto nos indica que por mucha ética que tenga un periodista, al final pondrá en cualquiera de sus artículos lo que digan los jefes, e incluso si hay que dejar ver la tendencia política del periódico, la dejarán ver.

En España existen dos grupos mediáticos, como son los del grupo PRISA y los del grupo ZETA.

**4. ¿ Cómo se producen los documentos ( deportivos ) mediante que métodos ( retórica ) ?.**

1. Selección.

La tendencia de los métodos a cerrar significados significa que los medios de comunicación nos empujan a que comulguemos la realidad que ellos nos dan.

2. La ambigüedad de la evidencia visual.

La televisión funciona básicamente con imágenes, las cuales, requieren de una interpretación. Toda imagen esta tomada desde un punto físico y de un punto ideológico, de los que, depende la visión de la imagen que se tenga como por ejemplo un penalty.

3. El efecto de la cámara y equipo de filmación.

La mera presencia de una cámara provoca la distorsión de la realidad, como por ejemplo la actuación de los ultras.

4. La puesta en escena.

La mayoría de las fotos están preparadas.

5. Dramatización de la información.

Cada vez los medios reproducen situaciones más dramáticas.

**5. Efectos de los medios sobre las audiencias. El caso del deporte.**

A) *La publicidad.*

La función primordial de los medios de comunicación no es vender productos a las audiencias, sino es vender audiencias a los anunciantes, como decía Humpliney McQueen en 1993.

Para ellos es mucho más importante captarnos como audiencia y vendernos a los anunciantes, es decir, conseguir una gran audiencias en sus programas para

que los anunciantes quieran promocionarse durante los espacios publicitarios de esos programas, de ahí que hoy en día estemos comulgando con marcas como Nike, adidas, etc..

“ El consumismo y la publicidad vienen de nuestras frustraciones alimentadas según Masterman.” “ El consumo como sustituto de la democracia , según Higgins y Marcs “.

*B) Pasividad y mimetismo frente a una actividad autónoma y crítica.*

El elevado consumo televisivo genera personas pasivas, con escaso sentido crítico y con tendencias a la uniformidad de conductas.

La influencia del consumo de espectáculos deportivos televisados en la práctica deportiva es mucho menor de lo que cabía esperar. Las razones son:

- La práctica deportiva favorece la audiencia televisiva.
- La audiencia televisiva no favorece la práctica deportiva.
- Confusión en los planteamientos educativos, pedagógicos y técnicos.
- Nulo interés de los medios por incrementar las tasas de practicas deportiva de la población.

## TEMA 4

### EL CULTO AL CUERPO. ANOREXIA Y BULIMIA

Vivimos en una sociedad donde el culto al cuerpo predomina, conclusión que se saca con sólo ver el apogeo de los gimnasios. De todo esto, hay una parte positiva, que es la mayor concienciación de la sociedad con respecto a la salud, con sus dietas, e incluso tener relaciones con los demás y estar bien cada uno con sigo mismo. Mientras que la parte negativa, es cuando el culto al cuerpo, se vive con esclavitud, obsesión neurótica, que pueden dar origen a enormes enfermedades.

Hablamos de anorexia cuando:

- Pérdida de peso del 15 % del normal.
- Pérdida de peso inducida por la evitación de alimentos que engordan.
- Distorsión de su imagen corporal.
- Trastorno endocrino.
- Cambios en el estado de ánimo que conducen al aislamiento.

Hablamos de bulimia cuando:

- Episodios frecuentes de atracones, al menos dos veces a la semana y durante tres meses.
- Preocupación persistente por la comida que se toma.
- Se utiliza métodos para expulsar esa comida:
  - \* Vómito autoprovocado.
  - \* Abuso de laxantes.
  - \* Periodos de ayuno.
  - \* Consumo de fármacos.

- Autopercepción de estar demasiado obeso.
- Cambios en el estado de ánimo que conducen al aislamiento.

Estas enfermedades son silenciosas, ya que, se tiende a ocultar. Dicen que estas enfermedades se contagian. Las niñas que pueden enfermar tienen el siguiente perfil:

- Perfeccionismo.
- Responsables.
- No han creado ningún problema de riesgo.

La presión social que se ejerce sobre las mujeres es mayor que en el de los hombres. La dieta es el principal caso de riesgo. La adolescencia es el periodo más crítico debido a los cambios corporales que se suceden. Detrás de estas enfermedades existe un miedo a madurar. Las familias suelen ser perjudiciales, pero una vez que tienen el problema, se han de concienciar.

La publicidad se beneficia de nuestras frustraciones. La educación debería hacer personas más maduras, en donde se acepten sus propios potenciales y limitaciones. La finalidad de los profesionales que enseñan esa educación es intentar que cada persona conozca su propio cuerpo, para que con él sea feliz. Entre los pasos que debe dar un profesor están:

- Fomentar las dietas saludables.
- Dar explicaciones de los objetivos negativos y positivos.
- Nos convertimos en modelos para los demás, por lo que hay que tener mucho cuidado con lo que se hace.
- No fomentar las comparaciones.

### **BIBLIOGRAFÍA**

1. ALCINA FRANCH, JOSÉ ( 1994 ), Aprender a investigar ( métodos de trabajo para la redacción de tesis doctorales ), Madrid, Compañía literaria.
2. GARCIA FERRANDO, MANUEL ( 1990 ), Aspectos sociales del deporte. Una reflexión sociológica, Madrid, alianza, cap 1.
3. BARBERO, IGNACIO ( 1993 ), Introducción en I. Barbero. Materiales de sociología del deporte, Madrid, La Piqueta, pp. 9 – 38 .

**EXAMEN DE SOCIOLOGÍA**

1. Define los hábitos deportivos en España. Consecuencias, conclusiones y relaciones entre los modelos.
2. Evolución deportiva en España. Explica el sistema abierto y cerrado de Puig y de Heinmenan y di si el paso de uno al otro se da en la sociedad actual.
3. Menciona los principios de la educación, ética y valores.
4. Medios de comunicación. Principios. Efecto social de los medios según Vargas Llosa.
5. Sociología del cuerpo. Define anorexia y bulimia.