



Revista Estudios Psicológicos

<https://estudiospsicologicos.com>

ISSN: 2788-6492 / E-ISSN: 2788-6506

Editada por:

Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú



ARTÍCULO DE REVISIÓN

Función psicoterapéutica del deporte y actividades motrices sobre la salud mental de poblacionales migratorias y en riesgo de exclusión

Psychotherapeutic function of sport and motor activities on the mental health of migratory populations and those at risk of exclusion

Função psicoterapêutica do desporto e das atividades motoras na saúde mental das populações migratórias e em risco de exclusão

Leonardo Tarqui-Silva¹

Universidad Nacional de Loja, Loja - Ecuador



<https://orcid.org/0000-0001-9004-8988>

leonardosicdeporte@yahoo.es (correspondencia)

DOI: <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.007>

Enviado: 10/08/2022 – Aceptado: 18/08/2022 – Publicado: 19/08/2022

PALABRAS CLAVE

actividades motrices,
deporte, exclusión,
migración, salud mental.

RESUMEN. La presente investigación exploró y planteó al deporte, actividades motrices y lúdicas, como valiosos recursos psicoterapéuticos de prevención e intervención socioeducativa en sectores poblacionales en riesgo de exclusión e inmigración, promoviendo elementos sociosanitarios dentro de estos grupos. Destacan los resultados socioculturales, colectivos y personales, producto de las virtudes psico-rehabilitadoras de estas actividades motrices, facilitando adicionalmente, el desarrollo integral de poblaciones infanto-juveniles. **Método:** Dentro de la presente investigación bibliográfica-documental se realizó una búsqueda teórica de un total de 75 artículos, seleccionando los 30 principales publicados desde el 2017 hasta el 2022, de las bases de datos Scielo, MEDLINE, Dialnet, Psycodoc, PsycArticles, y principales repositorios documentales de establecimientos de educación superior, donde destacan 6 tesis doctorales y 2 de maestría. **Resultados:** Se evidencia que las actividades lúdicas, físicas y recreativas estructuradas desde una visión psicoterapéutica, constituyen estrategias que actúan como mecanismos de intervención y prevención de la salud psicológica, físico-emocional de las poblaciones en condiciones de movilidad y riesgo de exclusión. **Conclusión:** Un requerimiento trascendental antes de aplicar estas propuestas, lo constituye el generar unas condiciones de interculturalidad base en la población migrante, establecer un ambiente propicio de adaptabilidad a la nueva región, para luego de manera acertada y progresiva, introducir las distintas intervenciones.

¹ Doctorando en Psicología en la Universidad Nacional de San Luis de Argentina.



KEYWORDS

motor activities, sport, exclusion, migration, mental health.

ABSTRACT. This research explored and proposed sports, motor and leisure activities, as valuable psychotherapeutic resources for prevention and socio-educational intervention in population sectors at risk of exclusion and immigration, promoting social and health elements within these groups. The sociocultural, collective and personal results stand out, as a result of the psycho-rehabilitative virtues of these motor activities, additionally facilitating the integral development of child and adolescent populations. **Method:** Within the present bibliographical-documentary research, a theoretical search of a total of 75 articles was carried out, selecting the 30 main ones published from 2017 to 2022, from the Scielo, MEDLINE, Dialnet, Psycodoc, PsycArticles, and main documentary repositories of higher education establishments, where 6 doctoral theses and 2 master's theses stand out. **Results:** It is evident that recreational, physical and recreational activities structured from a psychotherapeutic perspective constitute strategies that act as intervention and prevention mechanisms for the psychological, physical-emotional health of populations in conditions of mobility and risk of exclusion. **Conclusion:** A transcendental requirement before applying these proposals is to generate basic intercultural conditions in the migrant population, establish an environment conducive to adaptability to the new region, and then correctly and progressively introduce the different interventions.

PALAVRAS-CHAVE

atividades motoras, esporte, exclusão, migração, saúde mental.

RESUMO. Esta pesquisa explorou e propôs atividades esportivas, motoras e recreativas, como valiosos recursos psicoterapêuticos para prevenção e intervenção socioeducativa em setores populacionais em risco de exclusão e imigração, promovendo elementos socio-sanitários nesses grupos. Destacam-se os resultados socioculturais, coletivos e pessoais, fruto das virtudes psico-reabilitadoras dessas atividades motoras, facilitando ainda mais o desenvolvimento integral das populações infanto-juvenis. **Método:** Dentro da presente pesquisa bibliográfico-documental, foi realizado um levantamento teórico de um total de 75 artigos, selecionando os 30 principais publicados de 2017 a 2022, nos repositórios Scielo, MEDLINE, Dialnet, Psycodoc, PsycArticles e principais documentais. de estabelecimentos de ensino superior, onde se destacam 6 teses de doutoramento e 2 teses de mestrado. **Resultados:** Evidencia-se que as atividades lúdicas, físicas e recreativas estruturadas na perspectiva psicoterapêutica constituem estratégias que atuam como mecanismos de intervenção e prevenção para a saúde psicológica, físico-emocional de populações em condições de mobilidade e risco de exclusão. **Conclusão:** Um requisito transcendental antes de aplicar essas propostas é gerar condições interculturais básicas na população migrante, estabelecer um ambiente propício à adaptabilidade à nova região e, então, introduzir correta e progressivamente as diferentes intervenções.

1. INTRODUCCIÓN

La movilidad humana es uno de los fenómenos sociales que desde décadas atrás, ha impactado considerablemente al desarrollo y convivencia de diversos estados, inclusive Latinoamérica es una de las regiones que más ha evidenciado esta crisis migratoria. Estos acontecimientos de carácter económico, político, cultural y social, han generado la necesidad de explorar nuevas propuestas y planes de acción relacionados con la intervención, prevención, protección y restitución de derechos de las personas que atraviesan estas difíciles condiciones. (Gutiérrez-Silva et al, 2020).

Ramón-Pineda (2020) dentro de su tesis doctoral sobre migración, plantea lo complejo de las diversas experiencias que llevan los migrantes, y acota que la realización de un proyecto de vida, no siempre va de acuerdo a las expectativas planteadas. En este contexto las actividades físicas, lúdicas y recreativas, se constituyen como excelentes mecanismos terapéuticos de intervención y de bajo coste para los distintos países, lo cual posibilitan la integración social de sectores poblacionales en riesgo de exclusión e inmigración, promoviendo elementos socio-sanitarios preventivos dentro de colectivos desfavorecidos y marginales.

Un estudio doctoral en población inmigrante en Chile y España presentado por Carter-Thuillier (2018), resalta que las intervenciones psico-deportivas estructuradas y multidisciplinarias generan una serie de beneficios socioculturales, desarrollo interno a nivel de estos colectivos, y en personas con ciertas exclusiones étnicas. Permite el crecimiento integral en poblaciones infanto-juveniles, previniendo la exposición de los niños, niñas y adolescentes en condiciones de movilidad, a fenómenos sociales como las pandillas y las drogodependencias. Convirtiéndose en un mecanismo canalizador de los impulsos, promoviendo los procesos catárticos propios de la adolescencia. También es factible encontrar beneficios a nivel de la salud psicofisiológica en grupos de adultos y personas con distintas discapacidades.

La crisis mundial de la COVID-19, ha generado la urgente necesidad de establecer mecanismos legales de regularización migratoria que se encaminen hacia un cambio, el cual permita la inclusión en la salud pública, esto desde una perspectiva de seguridad humana. (Luzes et al., 2020). En nuestra América Latina, dentro de este marco referencial, la población migrante, refugiada y quienes han solicitado asilo, se han visto extremadamente afectados por la inmovilidad forzada, las deportaciones en condiciones de riesgo, y una serie de peligros vinculados a la movilidad irregular. (Feline-Freier & Castillo-Jara, 2021).

De acuerdo a datos proporcionados por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM), durante el año 2019, alrededor de 26 millones de personas oriundas de América Latina y el Caribe vivían en los países de América del Norte, 5 millones en Europa, 400.000 en Asia y 200.000 en Oceanía. Durante el mismo año, cerca de 1,4 millones de europeos y 1,2 millones de estadounidenses se encontraban viviendo en la región latinoamericana. Por otra parte, Colombia, El Salvador y Haití fueron los principales países de origen de la población refugiada en la región, mientras que Venezuela se constituyó como el principal país de origen de solicitantes de asilo con más de 800.000 solicitudes presentadas hasta agosto de 2020 a nivel mundial. (OIM, 2019).

En el mundo actual, un elemento vital de la globalización lo constituyen los fenómenos migratorios, la masividad y diversidad de este fenómeno, lo cual ha conducido a una diferente conceptualización, la misma que algunos expertos en la materia la denominan “la nueva era de las migraciones internacionales”. Es posible evidenciar una marcada tendencia de migración en sentido “sur-norte”, consecuencia de las visibles asimetrías entre los niveles de desarrollo de los dos hemisferios. (García-Macías & Cueto-Calderón, 2020).

Una investigación efectuada por la Universidad del Pacífico de Perú, durante el año 2020 en migrantes y refugiados situados entre la frontera de Ecuador y el vecino país, detectó que, tras solo un mes de medidas restrictivas generadas por la pandemia, el 33% calificaba para el trastorno de ansiedad generalizada, un 27% presentó síntomas de depresión clínica. Estas tasas son mucho más altas que las cifras globales promedio del 4% al 5% tanto para la ansiedad como para la depresión, lo cual refleja una crisis de salud mental entre los migrantes, la misma que ha sido profundizada con la pandemia. (Bird & Feline-Freier, 2020).

El proceso de migración conlleva a lidiar con múltiples situaciones de estrés y tensiones que afectan diversas áreas de la vida. El estrés generado por este fenómeno, puede extenderse durante años, siendo en ocasiones intenso y relevante. En este contexto, el principal recurso de los migrantes lo constituye su salud física y mental, la misma que puede verse afectada, e inclusive deteriorada en el proceso de adaptación migratoria. (Salaberria & Haro, 2017).

Entre todos estos cambios de carácter emocional, se encuentran situaciones primordiales que se deben considerar, como los inmigrantes adultos que viajan con niños, niñas y adolescentes, las personas con distintas discapacidades que forman parte de estos sectores poblacionales. Además, entre tantos y variados factores a los que se ven expuestas estas personas, se adicionan los componentes de adaptación sociocultural, la necesidad de encontrar empleo, el acoplamiento a las normas de convivencia de la nueva sociedad a la cual formarán parte, la adquisición de otros estilos comunicacionales, y la comprensión del lenguaje de la nueva región. Siendo algunos de los elementos que intervienen en los procesos psicológicos, sociales, integrativos, de convivencia, y en general, de amoldamiento al nuevo entorno (Inostroza-Márquez, 2019).

Dentro de este punto, es precisamente donde el deporte, las actividades físicas, recreativas y lúdicas, se constituyen como importantes recursos motrices, esto considerándolas desde un enfoque psico-integrador, tienen un rol protagónico en los procesos catárticos de tensiones emocionales, cuidado de la salud mental y física, a más de ser perfectas estrategias para la adaptación a nuevos entornos en sectores infantiles, juveniles y de adolescencia. (Barbosa & Urrea, 2018).

Los grupos infanto-juveniles son los más beneficiados con este tipo de propuestas, pues influyen directamente los procesos de formación de la personalidad, y en aspectos madurativos del desarrollo biológico. También existe una repercusión directa en poblaciones adultas y en personas con discapacidades, pues genera óptimas condiciones para una mejor adaptabilidad a los nuevos ambientes. Por ejemplo, a nivel lúdico, la implementación de “juegos tradicionales” potencia la comprensión de una serie de componentes culturales que posee la sociedad receptora, canalizando su integración a los nuevos modelos de convivencia social, desarrollando una serie de destrezas motrices, adquisición del nuevo lenguaje y otros. (Collado-Martínez, 2017).

En este marco referencial, el objetivo de la presente investigación, es explorar y plantear al deporte y actividades motrices, como valiosos recursos psicoterapéuticos de prevención e intervención socioeducativa en sectores poblacionales en riesgo de exclusión e inmigración, promoviendo elementos sociosanitarios dentro de colectivos desfavorecidos y marginales. Se destacan los resultados socioculturales, colectivos y personales, producto de las virtudes psico-rehabilitadoras de estas actividades motrices, facilitando adicionalmente, el desarrollo integral de poblaciones infanto-juveniles.

2. MÉTODO

El presente estudio se constituyó en una revisión documental-bibliográfica con un enfoque analítico descriptivo del material explorado. Dentro de la investigación se utilizaron las bases de datos: Scielo, MEDLINE, Dialnet, Psycodoc, PsycArticles, y principales bases documentales de establecimientos de educación superior. Las palabras claves para la búsqueda fueron: actividades motrices, deporte, exclusión, migración y salud mental. Se utilizaron los mismos criterios de exploración en idioma inglés: “motor activities”, “sport”, “exclusion”, “migration”, y “mental health”. Posterior a esto, se filtró toda la información publicada hasta antes del año 2017, además se obvió todo tipo de estudios que, a pesar de tener algún tipo de relación con la temática explorada, mantenían tópicos distantes a la propuesta de análisis. Bajo estos criterios se obtuvieron 75 trabajos, de los cuales se seleccionaron 30, de ellos destacan 6 tesis doctorales y 2 de maestría con estudios directamente relacionados a la temática de investigación.

3. DESARROLLO

Salud Mental de Poblaciones Migratorias y en Riesgo de Exclusión

Las migraciones obligadas o forzosas, no necesariamente constituyen un factor de riesgo para la salud psíquica o mental de las personas que las efectúan, aunque la ausencia de condiciones sociosanitarias, podrían en su peor vertiente generar patologías mentales, en especial si se tiene en consideración las condiciones de extrema adversidad que presentan ciertos procesos de migración. La perspectiva de salud mental comunitaria, se percibe como el abordaje más idóneo para evitar nuevas estigmatizaciones por vulneración de derechos, y por reducción de determinantes sociales de la salud. Los procesos migratorios no se constituyen de por sí como un factor patógeno en términos de salud mental, en contraste, presentan aspectos de cambio ligados a la resiliencia, o fortalezas que poseen los sujetos. (Quercetti, 2017).

Desde una visión holística de la salud, la migración debe ser considerada como un determinante transversal de la misma, ya que constituye el contexto, las condiciones y circunstancias en las cuáles se pueden presentar alteraciones en los procesos de salud y enfermedades transnacionales, incluyendo: la transmisión de enfermedades infecciosas, los retos para atención de afecciones crónicas, la salud mental y la violencia. De forma complementaria, la integración de los migrantes plantea desafíos sociales, culturales y económicos para las sociedades receptoras, sus sistemas políticos, y en particular para los servicios de salud. De igual manera, la migración “sur-sur”, propone lógicas diferentes a las tradicionales “sur-norte”, en la cual, la sociedad receptora tiene mayores grados de desarrollo que le permite actuar de mejor manera frente a las necesidades y demandas de los migrantes. (Fernández-Niño. & Navarro-Lechuga, 2018).

Jurado et al. (2017) manifiesta la existencia de diversos factores que afectan a las poblaciones migrantes, y que deben ser consideradas antes de cualquier tipo de intervención. Entre estos elementos se encuentra el estado inicial de salud, la edad, el sexo, la condición del estado civil, las habilidades lingüísticas, la región de origen, las experiencias de discriminación, el proceso de aculturación, y el tiempo de permanencia en el país de acogida, los cuales pueden producir un declive a lo largo del tiempo en el estado inicialmente “saludable” del migrante. En lo que concierne a los aspectos psicológicos a tener presentes, es importante mencionar los fenómenos de aculturación, los mismos que involucran características como las actitudes y valores, la adquisición de nuevas habilidades sociales y cánones, los cambios en referencia a la pertenencia de un grupo, y la capacidad de un acoplamiento o adaptación a un ambiente distinto.

Cuando estas demandas de adaptación a la nueva cultura exceden las capacidades de afrontamiento de las personas, surge el denominado estrés por aculturación, el cual se encuentra íntimamente ligado a cambios psicológicos y deterioro de la salud mental en algunos inmigrantes, manifestándose en diversas ocasiones, con la presencia de sintomatologías de ansiedad y depresión, así como sentimientos de marginalidad, incremento de trastornos psicosomáticos, y alteraciones de identidad. (Urzúa et al., 2017).

Con base en estos antecedentes Parella-Rubio (2022) describe en su tesis doctoral, que uno de los principales desafíos que en la actualidad tienen los países receptores de inmigrantes, es la forma en que debe ser abordada la integración de estas personas. Proceso en el cual intervienen múltiples y diversas variables, entre ellas se mencionan; la vivienda, el trabajo, el género, la salud, incorporándose más recientemente entre las mismas y con una importancia trascendental, pues se encuentra íntimamente ligada a la salud física y mental, las actividades físicas, recreacionales y el deporte.

Para Cabieses et al. (2020) una de las prioridades que deben considerar los distintos países, se centra en el bienestar de los niños, niñas y adolescentes (NNA) que conforman las poblaciones de personas en situación de movilidad y en riesgo de exclusión, generando políticas y desarrollando estrategias de intervención y protección para ellos y ellas. Es determinante se establezcan acciones que propicien ambientes de bienestar, y que se reflejen en el psiquismo, salud corporal, procesos de socialización y desarrollo integral de este sector poblacional que requiere una atención prioritaria, facilitando entornos donde se proporcione un crecimiento madurativo sano y feliz, pues estos estadios, serán trascendentales para sus posteriores fases del ciclo de vida.

El Deporte y las Actividades Motrices como Recursos Terapéuticos para la Salud Mental en Migrantes y Poblaciones en Riesgo de Exclusión

Zafra-Aquino (2017) en su trabajo doctoral, resalta los beneficios del deporte y actividades físicas en cuanto a la integración social se refiere, pues se encaminan en dos niveles: el primero vinculado al capital personal o individual, mediante el cual es posible adquirir una capacidad física a través de una serie de habilidades, destrezas y competencias de carácter físico-motriz, junto a distintas fortalezas psíquicas que se desarrollan con la práctica continua, como una mejora y crecimiento de la autoestima, un desarrollo de la motivación, y el generar una resiliencia interna. Como segundo peldaño se relaciona a nivel del capital social, el cual ayuda a la persona a beneficiarse y contribuir a la vida de la comunidad, así como establecer y consolidar redes sociales.

Por otra parte, la propuesta doctoral en didáctica y organización escolar planteada por Leiva-Olivencia (2022), resalta el efecto de la actividad física y el deporte dentro del grupo de personas de procedencia inmigrada. Pues además de contribuir e incidir como un buen indicador de salud, se convierte también en un instrumento idóneo a través del cual, es posible alcanzar la comunicación intercultural, posibilita el adquirir valores personales y sociales, desarrollar y consolidar el capital personal y social. Por lo tanto, el deporte es una actividad motriz que puede servir de manera muy valiosa para favorecer la comprensión mutua, la comunicación, y una mejor convivencia personal y comunitaria, luchar contra las diferencias, la xenofobia, permitiendo, en definitiva, incrementar la integración social en un marco intercultural, más aún en etapas de formación de la personalidad, y en sectores educativos con niños, niñas, y personas con discapacidades físicas e intelectuales.

Las actividades físicas y deportivas se encuentran consideradas dentro de un encuadre macro y supracultural, pues ofrecen una importante y valiosa oportunidad de socialización intercultural, así como para la generación de nuevas prácticas culturales. Estos recursos poseen un valor intrínseco, siendo capaces de generar un escenario igualitario por encima de las características étnicas y culturales. Queda en evidencia entonces, que existen dos puntos de vista respecto al uso del deporte en entornos asociados a la inmigración: el primero ve a la actividad deportiva como una instancia que favorece la interacción cultural entre la población inmigrante y autóctona. Mientras que el segundo, visualiza también al deporte, como un campo fértil para el desarrollo de situaciones asociadas a posibles conflictos culturales. (Carter-Thuillier et al., 2017).

López-Carril et al. (2018), resalta que la actividad física y deportiva constituye una de las manifestaciones sociales con mayores posibilidades de ser aprovechadas para trabajar la educación intercultural, el deporte es un elemento definidor de la identidad que es susceptible de ser utilizado para la inclusión de personas de distintas culturas. Sin embargo, autores como Carter-Thuillier et al. (2017), resaltan y diferencias que la dimensión pedagógica que la educación física posee, no se da en ocasiones en el contexto del ámbito deportivo.

El estudio presentado por Diez et al. (2022) en un colectivo de migrantes bolivianos, resalta la fecundidad de las prácticas deportivas como puerta de entrada para la comprensión de los procesos identitarios, contemplándolos como un ejemplo de ritual en el que se expresan, disputan, y construyen identidades sociales. En este sentido, el deporte es visto como un rito, es decir, una secuencia de prácticas performativas con gran densidad simbólica, mediante las cuales se construyen y refuerzan visiones del mundo, orientaciones valorativas, filiaciones y jerarquías.

Vergara et al. (2018) dentro de su trabajo ejecutado en Chile, muestra que los migrantes en ese país, practican más actividad física regular que los chilenos, y con menores diferencias entre personas de distintas edades y nivel socioeconómico, aunque con una disparidad importante entre hombres y mujeres. De acuerdo con los entrevistados en esta investigación, el principal valor que tiene la práctica de actividad física y deporte para los migrantes, es que opera como mecanismo de integración. Estas actividades facilitan la generación de redes entre los propios migrantes, así como entre éstos y la sociedad chilena. Por otra parte, la investigación de (Feller et al, 2018) realizada en Chile, muestra que existen deportes colectivos cuya práctica es frecuente en algunas de las comunidades migrantes y sectores excluidos, entre las principales actividades deportivas destaca el vóley, el fútbol y el básquet, de manera interesante, esta última especialidad, es una variante del vóley llevado a ese país por los inmigrantes de Ecuador.

De acuerdo a Carter-Thuillier et al. (2021), el deporte puede convertirse en un instrumento para evitar el esquema de reproducción social de la inmigración extranjera situada en riesgo de exclusión, así como de la población general situada en la marginación, sin embargo, como señalan constantemente la mayor parte de especialistas, el deporte y las actividades físicas tienen también sus limitaciones, y sería un grave error considerarlos la panacea de las problemáticas existentes en las sociedades actuales.

El deporte como actividad de aprovechamiento del tiempo libre, es fundamental en el desarrollo de una sociedad, porque además de la actividad física, aporta de una manera muy significativa en la construcción de valores, disciplina, respeto a las normativas y mecanismos de integración con el entorno y con sus semejantes, mejorando al individuo a nivel de sus esferas corporales, afectando de positivamente sus relaciones sociales. Por lo tanto, se resalta la importancia de aplicar estas actividades en comunidades que viven en vulnerabilidad social, como es el caso de la población que reside en los albergues para migrantes. (Jaramillo-Murillo, 2019).

Como lo plantea Pedrajas-Sanz (2020) dentro de su investigación doctoral, las actividades físicas y el deporte, son componentes inherentes a la conducta humana, que tienen determinantes lúdicos, los cuales pueden ser canalizados mediante el ejercicio corporal y mental dentro de prácticas motrices normadas y reguladas, que constituyen las distintas disciplinas deportivas, las mismas que bien orientadas, tienen la capacidad de generar elementos morales, sociales, intrapersonales y cívicos. Entre las formas como se desarrollan estas actividades, es posible destacar al deporte social comunitario, donde precisamente estas actividades pueden ser la base estructural social, de colectivos sanos, felices, con desarrollo horizontal, inteligencia socio-emocional, respeto, comunicación, altruismo, tolerancia, y protección con el medio ambiente.

El campo deportivo se ha entendido como un espacio utilizado para diferentes formas, entre ellas encontramos objetivos de reivindicación de identidad y pertenencia étnico-cultural, e inclusive como una especie de “laboratorio social” para experimentar con programas deportivos, psicológicos, sociológicos, y su influencia en la resolución de conflictos dentro de la convivencia sociocultural. Los políticos han considerado al deporte

desde diversas perspectivas, entre ellas se menciona que es visto como un fenómeno cultural en las sociedades modernas, el cual tiene el potencial de herramienta integradora. (García-Arjona, 2017).

Ahora bien, al hablar de movilidad humana e integración social a través del deporte, es necesario considerar criterios de políticas públicas, las cuales reconocen, valoran, protegen y promueven las identidades de las personas, esto como proceso vital de su desarrollo individual y colectivo. A nivel de la juventud se menciona que constituyen el motor generador de un conjunto de ideas, prácticas, expresiones, formas de ser y habitar el mundo. Entre las distintas manifestaciones se mencionan las modas, el consumo, la música y otras expresiones artísticas, el uso de las tecnologías de la información y las comunicaciones, la adscripción a agrupaciones, tendencias, movimientos, tribus urbanas o culturas juveniles en general. En este sentido, el deporte es un claro y valioso elemento que ayuda a fortalecer la identidad, por lo cual, deben generarse políticas públicas deportivas que incluyan a la población migrante. (Téllez et al., 2020).

Escorihuela & López de D'Amico (2021) resaltan que una política pública de inclusión debe promover el “Deporte para Todos”, el cual incluye todas las actividades destinadas a la recreación, hasta la competición de alto nivel. Este significado ha ido evolucionando hasta conseguir un importante papel en la sociedad contemporánea, especialmente en países europeos, estas políticas públicas se encuentran encaminadas a promover la integración social de los grupos vulnerables y desfavorecidos a través del deporte, cuyo objetivo se orienta a fomentar el intercambio de buenas prácticas al respecto, al presente, además, resaltan la inclusión y rol de la mujer.

En la época actual, el deporte y las actividades físicas son recursos motrices generadores de relaciones sociales, y se encuentran inseparablemente unidos a la gestación de identidades colectivas y personales, al mismo tiempo que incorporan notables ventajas al beneficio del capital social creado con sus prácticas. (Pérez-Flores & Muñoz-Sánchez, 2018).

4. CONCLUSIONES

Entre las principales conclusiones, es posible destacar que el deporte, las actividades lúdicas, físicas y recreativas, presentan las características necesarias para ser aprovechadas con fines sociales de integración, utilizando además estas estrategias como mecanismos de intervención y promoción dentro del área de la salud, tanto física y mental, obteniendo resultados favorables en poblaciones migratorias y en riesgo de exclusión, a esto se lo denomina, deporte social comunitario. Es posible mencionar que un requerimiento trascendental, antes de iniciar cualquier tipo de programa fundamentado en actividades motrices, como el deporte, plantea en primer lugar, el establecimiento de parámetros básicos donde existan unas condiciones propicias de interculturalidad, es decir, generar desde un comienzo el ambiente adecuado y las condiciones mínimas de adaptabilidad a la nueva región, para luego de manera acertada y progresiva, introducir las distintas intervenciones en las poblaciones mencionadas.

Se menciona que existe una serie de propiedades psicológicas y terapéuticas muy arraigadas dentro de las prácticas físicas, deportivas, recreacionales y otras motrices, las cuales contribuyen a los procesos de adaptabilidad cultural, potencializando, además, beneficios en el área de la salud, generando aspectos de origen catártico a nivel de la psique de las personas, y de los colectivos en condiciones de movilidad humana. La población infanto-juvenil, es un sector que encuentra mayores beneficios visibles dentro de este tipo de programas, pues las actividades antes descritas, contribuyen de manera positiva a los procesos madurativos

durante los periodos comprendidos entre la niñez y adolescencia, aportando al desarrollo de la personalidad, y actuando como factor preventivo de situaciones de riesgo social como lo son las drogodependencias y las pandillas, potencializando la resiliencia de cada persona. El deporte, las actividades motrices y de carácter lúdico, tienen la capacidad de adaptarse a sectores poblacionales vulnerables, como el caso de las personas con diferentes discapacidades, adultos mayores con deficiencias cognitivas y motrices, constituyéndose como valiosos recursos pedagógicos y psicoterapéuticos, evidentemente con una planificación especializada y acertada, donde existan objetivos estratégicos bien definidos.

Los juegos tradicionales, las danzas folklóricas, los bailes populares, y otras actividades motrices estructuradas de manera adecuada, se constituyen como perfectas estrategias socializadoras de una nueva cultura para sectores de inmigración y exclusión. Mediando entre los aprendizajes de distintos lenguajes, formas de expresión, conocimiento de las raíces del lugar al que se encuentran acoplándose, impulsan el acercamiento a entornos desconocidos, posibilitando condiciones necesarias para una integración paulatina, actuando además como un mecanismo catártico y sublimador de tensiones y frustraciones propias de los grupos que experimentan condiciones migratorias y en riesgo de exclusión. Destacan finalmente, las cualidades supraculturales del deporte, pues es un elemento integrador de diferentes entornos, razas, religiones, siendo uno de los mejores ejemplos los mundiales de fútbol, donde a pesar de existir enormes barreras culturales, comunicativas, geográficas, políticas, sociales, este evento refleja la capacidad que tiene el deporte para unir a todo el planeta tras un balón y generar un vínculo de confraternidad.

Las actividades lúdicas, motrices y el deporte, no son una panacea, pero tienen la capacidad de actuar como mecanismos de acción social de bajo coste económico en sectores migratorios y poblaciones en riesgo de exclusión. Además, pueden ser complementadas con intervenciones multidisciplinarias dentro de programas sociales, donde es posible destacar procesos de psicoeducación y promoción de elementos sociosanitarios.

Conflicto de intereses / Competing interests:

El autor declara que el presente proyecto no representa ningún conflicto de interés real, potencial o evidente, de carácter personal, con la revista, la entidad editora y las entidades financiadoras. El autor ha leído y aceptado la versión publicada del manuscrito.

Rol de los autores / Authors Roles:

Leonardo Tarqui-Silva: conceptualización, curación de datos, análisis formal, adquisición de fondos, investigación, metodología, administración del proyecto, recursos, software, supervisión, validación, visualización, escritura - preparación del borrador original, escritura - revisar & edición.

Fuentes de financiamiento / Funding:

Las fuentes de financiación que dieron lugar a la investigación son de carácter personal y motivación profesional.

Aspectos éticos / legales; Ethics / legals:

El autor declara no haber incurrido en aspectos antiéticos, ni haber omitido aspectos legales en la realización de la investigación.



REFERENCIAS

- Barbosa, S. & Urrea, A. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Revista Katharsis*, (25), 141-159. <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Bird, M., & Feline-Freier, L. (2020). For Venezuelan Migrants, COVID-19 Is Fueling a Mental Health Crisis. Recuperado 11 de junio de 2022, de *Americas Quarterly*. <https://www.americasquarterly.org/article/for-venezuelan-migrants-covid-19-is-fueling-a-mental-health-crisis/>
- Cabieses, B., Obach, A., & Molina, X. (2020). La oportunidad de incorporar el bienestar subjetivo en la protección de la infancia y adolescencia en Chile. *Revista Chilena de Pediatría*, 91(2), 183-189. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.32641/rchped.v91i2.1527>
- Carter-Thuillier, B., López Pastor, V. M., & Gallardo Fuentes, F. (2017). Inmigración, deporte y escuela. Revisión del estado de la cuestión (Immigration, sport and school. A review of the state of the art). *Retos*, 32, 19-24. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i32.51514>
- Carter-Thuillier, B. I. (2018). El deporte escolar como herramienta para la integración socioeducativa en contextos con diversidad cultural: un estudio multicaso en Chile y España. [Tesis Doctoral en Investigación Transdisciplinar en Educación] Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/35350/Tesis1510-190409.pdf?sequence=1>
- Carter-Thuillier, B., López-Pastor, V., Gallardo, F. & Carter, J. (2021). Educación Física, deporte e inmigración: analizando críticamente algunas posibilidades para Chile. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*. 23, 52-72. <https://revistas.uva.es/index.php/agora/article/view/5664>
- Collado-Martínez, M. (2017). Pervivencia y valor socio-cultural de los juegos y deportes tradicionales en la ribera del Río Sella (Asturias). [Tesis Doctoral en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte]. Universidad del León.: <http://hdl.handle.net/10612/7935>
- Diez, M. L., Novaro, G., & Fariña, F. (2022). Educación, prácticas deportivas y trabajo: continuidades y rupturas en contextos migratorios comunitarios y escolares. *Revista de Antropología y Educación - Universidad de Buenos Aires*, 11(9), 23-32. <https://doi.org/https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/75303>
- Escorihuela, Z., & López de D'Amico, R. (2021). La política pública y la participación de la mujer en la gerencia deportiva. *Acción*, 17. Disponible en: <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/174>
- Feline Freier, Luisa y Castillo Jara, Soledad. Movilidad y políticas migratorias en América Latina en tiempos de COVID-19. *Anuario CIDOB de la Inmigración*, 50-65. doi.org/10.24241/AnuarioCIDOBInmi.2020.50
- Feller, V. C. Alvarado, A. P., Doña, R. C. & García, P. I. (2018). Actividad física y deporte en la población migrante en Chile. *Cuadernos Médicos-Sociales*, 58(4), 1-14. <https://coes.cl/publicaciones/actividad-fisica-y-deporte-en-la-poblacion-migrante-en-ch>
- Fernández-Niño, J. A. & Navarro-Lechuga, E. (2018). Migración humana y salud: un campo emergente de investigación en Colombia. *Revista de Salud Pública*, 20(4), 404-407. <http://dx.doi.org/10.15446/rsap.v20n4.74970>
- García-Arjona, N. (2017). El estudio de iniciativas deportivas locales para jóvenes migrantes desde una perspectiva política: retos metodológicos y prácticos. *Migraciones*. Publicación del Instituto Universitario de Estudios Sobre Migraciones, (42), 43-70. <https://doi.org/10.14422/mig.i42.y2017.003>
- García-Macías, P. G., & Cueto-Calderón, J. S. (2020). *Movilidad humana en Latinoamérica: nuevos patrones, nuevos retos* (Spanish Edition) (1.ª ed., p. 45). Transnational Press London.

- Gutiérrez-Silva, J. M., Romero-Borré, J., Arias-Montero, S. R., & Briones-Mendoza, X. F. (2020). Migración: Contexto, impacto y desafío. Una reflexión teórica. *Revista de Ciencias Sociales*, 26(2), 299-313. <https://doi.org/10.31876/rsc.v26i2.32443>
- Jaramillo-Murillo, C. (2019). Atención a los Intereses Lúdicos y de Aprovechamiento del Tiempo Libre para Hijos/as de Jornaleros Agrícolas Migrantes. Colección [Tesis de Maestría en Atención a la Diversidad y Educación Inclusiva]. Universidad Autónoma del Estado de Morelos. <http://riaa.uaem.mx/handle/20.500.12055/935>
- Jurado, D., Alarcón, R., Martínez-Ortega, J.M., Mendieta-Marichal, Y., Gutiérrez-Rojas, L. & Gurpegui, M. (2017). Factors associated with psychological distress or common mental disorders in migrant populations across the world. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental (English Edition)*, (10)1, 45-58. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2016.04.004>
- Inostroza-Márquez, C. E. (2019). Proceso migratorio y expectativas para la migración: un estudio de personas migrantes con hijos en los jardines de infantiles de la Junji, región de la Araucanía. [Tesis de Maestría en Trabajo Social y Políticas Sociales]. Universidad de Concepción - Chile. <http://repositorio.udec.cl/bitstream/11594/972/1/Tesis%20proceso%20migratorio.pdf>
- Leiva-Olivencia, J. J. (2022). Efectos del aprendizaje-servicio universitario en estudiantes de Ciencias de la actividad física y del deporte con personas migrantes y adultas-mayores de la Ciudad Autónoma de Melilla. [Tesis Doctoral en Didáctica y Organización Escolar]. Universidad de Málaga. <https://riuma.uma.es/xmlui/handle/10630/24358>
- López-Carril, S., Villamón-Herrera, M., & Añó-Sanz, V. (2018). Interculturalidad e inclusión en Educación Física: innovación educativa. *Retos*, 34, 393-394. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.58748>
- Feline-Freier, L. & Castillo-Jara, S. (2020). Movilidad y políticas migratorias en América Latina en tiempos de COVID-19. *Anuario CIDOB de la Inmigración 2020*, 50-65. doi.org/10.24241/AnuarioCIDOBInmi.2020.50
- Organización Internacional para las Migraciones (OIM). (2019). Informe sobre las migraciones en el mundo 2020. (En línea). Disponible en: https://publications.iom.int/system/files/pdf/wmr_2020_es.pdf
- Parella-Rubio, S. (2022). El deporte en el proceso de integración social de colectivos inmigrantes procedentes de Latinoamérica y Magreb residentes en Catalunya y Euskadi. [Tesis Doctoral en Sociología]. Universidad Autónoma de Barcelona. <https://www.tdx.cat/handle/10803/133332#page=1>
- Pedrajas-Sanz, N. Z. (2020). Factores Sociológicos Influyentes en la Incorporación de la Práctica de Actividades Físico-Deportivas en los Estilos de Vida Saludables, Desde la Perspectiva de Género y Generación en España. [Tesis Doctoral en Ciencias Sociales]. Universidad de Sevilla Pablo Olavide. <https://www.educacion.gob.es/teseo/imprimirFicheroTesis.do?idFichero=N2u4Id185ss%3D>
- Pérez-Flores, A. M., & Muñoz-Sánchez, V. M. (2018). Deporte, Cultura y Sociedad: un estado actual de la cuestión. *Revista de Humanidades*, (34), 11-38. <https://doi.org/10.5944/rdh.34.2018.21881>
- Quercetti, F. (2017). El derecho a la salud mental de las personas refugiadas y solicitantes de asilo. Psicopatologización del sufrimiento psíquico: el Síndrome de Ulises ¿una alternativa a las nosografías psiquiátricas clásicas? IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, 224-229. <https://www.aacademica.org/000-067/712>

- Ramón-Pineda, M. Á. (2020). Retorno de las mujeres migrantes ecuatorianas. Estudio de caso en la provincia de El Oro. [Tesis Doctoral en Análisis de Problemas Sociales]. Universidad Nacional de Educación a Distancia – UNED. <https://cutt.ly/QXmZJ8w>
- Salaberria, K. & Haro, A. (2017). Estrés migratorio y salud mental. *Behavioral Psychology*, (25), 419-432. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6143932>
- Tellez, N., Despaigne, M., Rafoso, S., Rodríguez, S., Delisle, D. & Álvarez, I. (2020). Diagnóstico de la gestión de políticas públicas dirigidas a la juventud (15-24 años) en situación de migración en el municipio II Frente Oriental “Frank País García”. *Novedades en Población*, 16(31), 85-98. Disponible en: <http://www.novpob.uh.cu>
- Urzúa, A., Basabe, N., Pizarro, J. J., & Ferrer, R. (2017). Afrontamiento del Estrés por Aculturación: Inmigrantes Latinos en Chile. *Universitas Psychologica*, 16(5), 1–14. Disponible en: <https://psycnet.apa.org/record/2018-19571-014>
- Vergara, L., Sánchez, C., & Zunino, H. M. (2019). Migración por estilo de vida: ¿Creando comunidades diversas y cohesionadas? El caso de Los Riscos, Pucón, Chile. *Revista Austral de Ciencias Sociales*, (36), 47–67. <https://doi.org/10.4206/rev.austral.cienc.soc.2019.n36-03>
- Zafra-Aquino, L. A. (2017). Un estudio para la integración de niños y niñas con marginación social y educativa de la ciudad de Cajamarca-Perú: el aprendizaje por imitación y por descubrimiento y la pedagogía no directiva, como proceso de mejora educativa. [Tesis Doctoral en Psicología y Pedagogía]. Universidad Pública de Navarra. <https://academica-e.unavarra.es/xmlui/handle/2454/28900>