



Revista Digital de Educación Física

ISSN: 1989-8304 D.L.: J 864-2009

ANÁLISIS DEL PERFIL GENERAL DEL JUGADOR DE AIRSOFT EN ESPAÑA

Rosario De la Torre Olivares

Clínica Centro Osteopatía y Fisioterapia Motril, Granada, España.
Email: delatorrefisio@gmail.com

José Alberto Martínez Sánchez

Consejería de Educación y Deporte, Sevilla, España.
Email: jamarsan90@gmail.com

Juan Francisco Cara Muñoz

Consejería de Educación y Deporte, Sevilla, España.
Email: juanfrancaramunoz@gmail.com

Fidel Hita Contreras

Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad de Jaén, España.

RESUMEN

El propósito de este estudio fue conocer el perfil general de los jugadores de Airsoft en España. 306 sujetos realizaron un cuestionario autoadministrado a través de la aplicación Google Docs como técnica de recogida de datos. Se efectuó un análisis descriptivo retrospectivo transversal de las diferentes variables objeto de estudio calculándose con intervalos de confianza del 95% con una precisión de +/- 5%. Se ha podido observar como principales resultados cuál es el perfil de los jugadores, tanto desde el punto de vista antropométrico como sociodemográficos. Consideramos que es importante conocer estos datos con el fin de poder aplicar en un futuro medidas que ayuden a realizar una práctica segura y completa de este reciente deporte.

PALABRAS CLAVE:

Airsoft; Deporte; Perfil; IMC; Práctica Deportiva; Actividad Física.

INTRODUCCIÓN.

La práctica de actividad física en la población es cada vez menos frecuente, a pesar de que el cuerpo está concebido para el movimiento. Actualmente el sedentarismo, entendido como un bajo nivel de actividad física se ha extendido en la población de los países desarrollados, siendo en España uno de los países con mayor tasa de Europa (Moscoso et al., 2013). La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda realizar como mínimo 150 minutos de actividad física semanal moderada o 75 minutos a intensidad alta en adultos de entre 18 y 64 años para luchar contra el sedentarismo y los problemas derivados de salud de este estilo de vida (OMS, 2010).

Hoy en día existe una gran variedad de prácticas deportivas como alternativa a los deportes tradicionales que se han venido practicando a lo largo de los años, ya sean de forma individual o colectiva con el objetivo de que cada persona pueda encontrar el deporte que más pueda adaptarse a sus condiciones y destrezas (Fierro et al., 2017).. Dentro de los deportes colectivos ha ido aumentando la demanda de deportes que planteen nuevos retos a los deportes de toda la vida, como el fútbol o el baloncesto, permitiendo desarrollar otras capacidades diferentes a las habituales. Por ello, tenemos deportes de nueva creación como el rollersoccer (London Roller soccer sessions, football on skates, weekly practice in Victoria, 2020) y el parkour (Miller et al., 2008) y adaptaciones de deportes largamente conocidos, como puede ser el hockey subacuático (Gorisse et al., 1985) y el slamball (baloncesto jugado sobre camas elásticas). Como en cualquier deporte colectivo, toma especial importancia el trabajo en equipo, la asignación de roles, el pensamiento estratégico, la disciplina y el compromiso (Omeñaca et al., 2015). Es aquí donde podemos incluir al Airsoft, ya que se trata de un deporte colectivo de relativa nueva creación que combina roles, destrezas y la estrategia de tipo militar.

El Airsoft es fundamentalmente un juego de honor, cuyo funcionamiento se basa en que los jugadores deben notificar el impacto de las bolas cuando lo sientan, levantando la mano y dándose por eliminados, puesto que los proyectiles no dejan marca alguna al impacto (*Federación de Asociaciones Andaluzas de Airsoft, 2020*).

El tiempo de juego no está estipulado, puesto que en una misma sesión (que durará entre 4 y 5 horas) se jugarán varias partidas con diferentes roles u objetivos. También existen modalidades de juego denominadas "Militar Simulation" donde el tiempo de juego es mayor, pudiendo variar desde 8 hasta más de 48 horas, escenificando de forma real las practicas militares de simulación, incluyendo situaciones de combate como patrullas o tiempos de descanso (*Federación Española de Airsoft, 2020*).

El Airsoft es un deporte que combina varias destrezas. Por ello, y a pesar de no encontrar bibliografía sobre él, sí es posible basarse en otros deportes que presentan características similares. La importancia de este estudio radica en conocer la mayor cantidad de datos posibles sobre los jugadores y sus características para poder establecer el perfil medio del jugador de Airsoft.

1. MATERIAL Y MÉTODO.

1.1. DISEÑO E INSTRUMENTOS.

Para la realización de este trabajo se ha realizado un estudio descriptivo de corte transversal mediante un cuestionario autoadministrado a través de la aplicación de Google Docs como técnica de recogida de datos (Travis, 2010). Google Docs es una aplicación de uso frecuente sobre todo en la investigación científica ya que permite elaborar diferentes tipos de test, cuestionarios y documentos con respuesta anónima y llegar a cualquier persona que tenga internet sin necesidad de tener que rellenar de forma física el cuestionario que se plantee e incluso intercambiar formularios entre varios investigadores (Toeschler, 2020; Vennu, 2020). El cuestionario se pasó a finales de enero 2020 y estuvo activo durante dos semanas hasta febrero 2020. La población objeto de estudio fue toda la población española que practicase Airsoft de forma continuada sin límite de edad. Para ello se utilizó a la federación Andaluza de Airsoft y los clubes de jugadores del resto del país. El total de la muestra ascendió a 310 personas.

1.2. CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN.

Los criterios de inclusión para este estudio fueron: personas de cualquier edad y parte del país que cumplieran al menos una de estas características: a) practicar de forma activa Airsoft, b) no presentar ninguna enfermedad que no permita la práctica habitual de Airsoft c) no estar federado o pertenecer a un club de Airsoft, debido a que se entendió que debían ser los profesionales de este deporte quienes contestaran a los datos de la encuesta y no jugadores esporádicos que pudieran alterar los resultados de la encuesta.

En cuanto a los criterios de exclusión, fueron motivo de exclusión cualquiera de las personas que contestaran a la encuesta y no cumplieran alguno de los siguientes criterios: a) pertenecer a la población español y jugar en terreno español (ya que el estudio se centra en la población española así como en las bases de la práctica de Airsoft según la normativa española), b) contestar de manera seria y comprometida a las preguntas (se revisaron las respuestas de los jugadores y se eliminaron aquellas que eran absurdas o respondían en tono jocoso) o c) dejar en blanco alguna de las preguntas marcadas como obligatorias (al extrapolar los datos de la encuesta a un documento de base de datos se resaltaron dos casos en los cuales no se habían respondido todas las preguntas marcadas como obligatorias por lo que se tuvo que descartar a estos dos sujetos).

Por estos motivos, de los 310 encuestados inicialmente fueron admitidos 306 participantes y excluidos 4 de ellos, en su mayoría por no contestar a las preguntas de forma seria y por dejar preguntas marcadas como obligatorias en blanco. En la figura 1 se presenta el diagrama de flujo de los participantes y cuestionarios finalmente incluidos en este estudio.

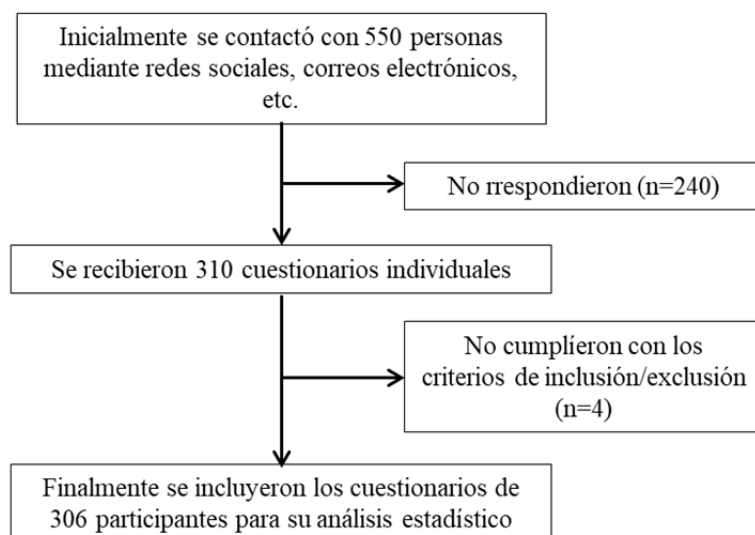


Figura 1. Diagrama de flujo con los participantes de este estudio.

1.3. CUESTIONARIO.

Para realizar la encuesta a los participantes se creó un cuestionario ad hoc con dos bloques: bloque sociodemográfico y bloque actividad física. Todas las preguntas se contestaron de manera anónima, intentando adaptarse al máximo posible a las características del deporte en cuestión.

En primer el bloque sociodemográfico se elaboró con cuestiones para conocer el perfil general de los practicantes de Airsoft: Edad, sexo, altura, peso, provincia, estado civil, ocupación y nivel de estudios. Se calculó además el Índice de Masa Corporal (IMC) de los participantes dividiendo el peso en kg entre la altura en metros al cuadrado según la fórmula adoptada por la OMS (World Health Organization, 2000). El objetivo de este bloque fue realizar un análisis del perfil general de jugador de Airsoft. Todas las preguntas tenían una sola opción posible.

En el segundo bloque, las preguntas estaban encaminadas a conocer el nivel de actividad física de los jugadores. Por ello se les preguntó si realizaban más o menos de 150 minutos de actividad física moderada a la semana o 75 minutos de actividad intensa, tal y como establece la OMS², cuánto tiempo dedican a otros deportes distintos, las veces al mes que practicaban Airsoft y si realizaban o no calentamiento y estiramiento y el tiempo que le dedicaban de promedio a éste. El objetivo de este bloque fue, además de conocer los hábitos deportivos de los participantes.

1.4. ANÁLISIS ESTADÍSTICO.

Con los datos obtenidos en los cuestionarios se efectuó un análisis descriptivo retrospectivo transversal de las diferentes variables objeto de estudio calculándose con intervalos de confianza del 95% con una precisión de +/- 5%. Se calcularon medias, desviaciones típicas, valores máximos y mínimos para todas las mediciones.

2. RESULTADOS.

El estudio contó con un total de 306 participantes, de los cuales 273 fueron hombres (89.20%) y 33 mujeres (10.80%). La edad media de los jugadores fue de 32,43 años (desviación estándar 10,01), comprendiendo jugadores desde los 16 hasta los 60 años. La altura media fue de 174.88 centímetros, con una desviación estándar de 7.96. En la figura 2 podemos observar la distribución de jugadores por edad y sexo, mostrando que las mujeres se sitúan entre los 19 y 44 años mientras que los hombres se sitúan entre los 16 y los 60 años.

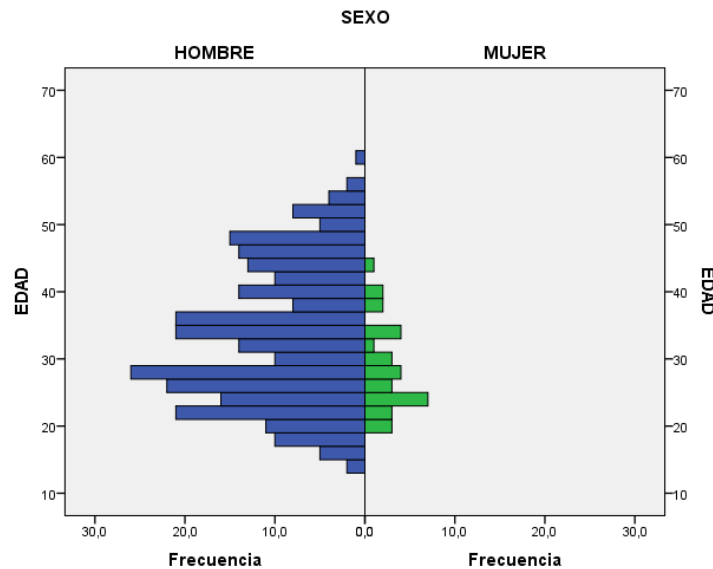


Figura 2. Distribución por sexo y edad de los participantes.

El peso de los jugadores medio fue 81.63Kg, oscilando desde los 39 del jugador más ligero a los 170 del jugador más pesado y con una desviación de 17.77. Se calculó a partir de estos datos el índice de masa corporal (IMC) obteniendo una media de 26.54Kg/m², lo que en la escala del IMC correspondería al sobrepeso, con una desviación de 4.75. El índice más bajo registrado fue de 14.86 Kg/m² (insuficiencia ponderal) y el más alto 47.59 Kg/m² (obesidad de tipo III). Realizando un estudio de su IMC, se obtuvo: EL 41.8% de los participantes tenían sobrepeso (IMC <29.99 Kg/m² y > 24.99 Kg/m²), el 38,3% se encontraba en normopeso (IMC <24.99 Kg/m² y > 18.50 Kg/m²), el 18.3% era obeso (IMC >30 Kg/m²) y sólo el 1.6% estaba en infrapeso (IMC <18.50 Kg/m²) (Figura 3).

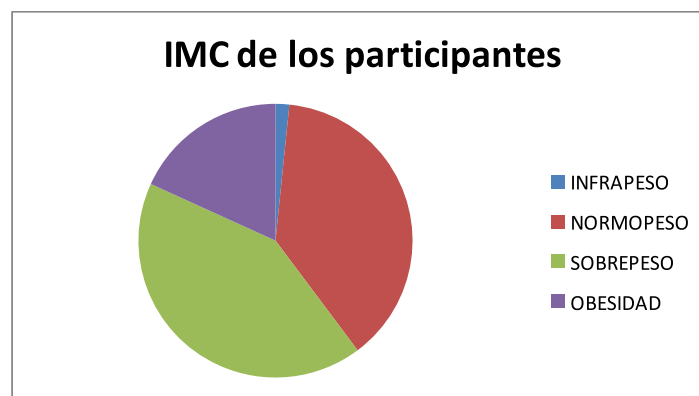


Figura 3. IMC de los participantes. IMC: Índice de Masa Corporal

Participaron jugadores de un total de 38 provincias españolas, obtuvieron Granada y Cádiz un 15.4%, seguidas de Málaga (9.50%), Madrid (9.20%), Barcelona (7.80%) y Sevilla (6.20%). En cuanto al estado civil de los participantes, el resultado fue que un 56.90% fueron solteros (174) y el 43.01% restante (132) casados.

Las ocupaciones de los jugadores fueron en orden ascendente trabajadores (71.90%), estudiantes (18.30%), desempleados (8.20%) y jubilados (1.60%). A la pregunta sobre el nivel de estudios, un 48% tenían estudios superiores, un 41.50% tenían como máximo estudios secundarios, el 9.80% tenían estudios primarios y el 0.70% no tenían ningún tipo de estudios.

Para el bloque sobre la actividad física, se quiso conocer el tiempo que los jugadores llevaban practicando Airsoft, por lo que se obtuvo que el 25.49% llevaba entre 1 y 3 años. El 19.61% llevaba entre 3 y 5 años, el 18.29% más de 10 años, el 15.41% entre 5 y 8 años, el 12.41% entre 8 y 10 años y el 8.79% llevaba menos de 1 año jugando.

Adicionalmente, se obtuvo que sólo un 50.71% de los jugadores dedican más de 150 minutos a la semana a realizar ejercicio moderado o 75 minutos de ejercicio intenso a la semana, mientras que el 49.29% realizaba menos de este tiempo. En cuanto a la pregunta de cuánto tiempo dedicaban a otros deportes en minutos semanales, el 31% dedicaba más de 3 horas, el 29.71% entre 1 y 3 horas, el 21.89% no practicaba otro deporte y el 16.70% decía hacer menos de 1 hora de ejercicio semanal excluyente del Airsoft. A la pregunta de cuántas veces se jugaba al mes al Airsoft, la mayoría juega 2 veces al mes (32.72%), seguido de 4 (23.48%) y de 3 días (22.50%). Un 9.81% jugaba 5 o más días al mes y un 11.09% menos de 2 días en semana. Se analizó que sólo un 40.50% realizaba calentamiento previo a la práctica deportiva y un 32.70% realizaba estiramientos posteriores. De los jugadores que sí calentaban, el 50.89% le dedicaba entre 2 y 5 minutos, el 37.21% menos de 2 minutos y el 11.90% más de 5 minutos, mientras que de los jugadores que sí estiraban, el 44% lo hacía entre 2 y 5 minutos, el 39% dedicaba menos de 2 minutos y el 17% dedicaba más de 5 minutos.

3. DISCUSIÓN.

El objetivo del presente trabajo fue conocer el perfil general de los jugadores de Airsoft así como su relación con el IMC y el tiempo de práctica deportiva.

El Airsoft es un deporte relativamente joven como ya se ha mencionado, y a pesar de que se practica cada vez con más frecuencia, apenas existe literatura científica que analice las características de este deporte. En parte esto puede deberse a que no es un deporte aún muy generalizado ni conocido entre la población española, ya que existen juegos similares pero más sencillos o que requieren menos material como puede ser el paintball (en este caso son armas básicas de aire comprimido con bolas de pintura y el nivel táctico es mucho menor) (Venter, 2014).

En este estudio se observa una prevalencia mayor de hombres de mujeres. Al tratarse de un juego de simulación militar, se asocia más con la práctica masculina que femenina, lo que es un error ya que recientes estudios nos muestra que cada vez son más las mujeres que tienen acceso e interés por este tipo de prácticas (en

1991 había un 0.1% de representación femenina en las Fuerzas Armadas Españolas mientras que en 2018 ya representaban el 12.7%) (EPD, 2019). Debemos recordar que al final el Airsoft es un deporte colaborativo, donde el género de los participantes no es importante y no existen diferencias más allá de las capacidades físicas y tácticas de cada jugador. Además, el auge de este deporte aún está creciendo por lo que su popularidad entre el público en general aún es escasa en comparación con otros deportes como pueden ser el fútbol o el baloncesto, pero el ritmo de crecimiento de clubes y comunidades va en aumento.

Encontramos un mayor porcentaje de personas con sobrepeso (41.80%), teniendo en cuenta que la prevalencia de sobrepeso estimada en la población adulta española (25-64 años) es del 39.90% y el 18.30% con obesidad (21.65% media española) lo que nos indica que nuestra muestra se encuentra dentro de la media española en general (Aranceta-Bartrina, 2014). Teniendo en cuenta que los jugadores de Airsoft practican un deporte con asiduidad, este dato puede resultar controvertido, pero esto puede deberse a que dentro del juego existen diferentes roles, algunos más estáticos como pueda ser el de francotirador y otros más dinámicos, por lo que en un mismo equipo el nivel de actividad física de los jugadores puede ser muy variable. Esto explicaría el por qué existen tantos IMC diferentes en los jugadores.

En cuanto al bloque de actividad física, nos encontramos como dato curioso que sólo el 50,70% declaraba realizar las recomendaciones de la OMS en cuanto a minutos activos. Esto nos lleva a pensar que muchos de los jugadores realizan la práctica de Airsoft como deporte exclusivo (21.90%), jugando posiblemente no más de una vez en semana, lo que puede en parte explicar anteriores datos que nos hablaban sobre el IMC de los jugadores. Siguiendo con ésta línea sobre actividad física, podemos ver que el calentamiento previo y el estiramiento posterior sólo era realizado por menos de la mitad de la muestra, dedicándole además poco tiempo sobre todo al estiramiento. Aquí podemos observar dos cosas: en un primer lugar que no se le presta la importancia necesaria a estos pasos dentro de la actividad física, ya sea por desconocimiento de sus beneficios y necesidades o bien simplemente por falta de tiempo. Normalmente las partidas suelen jugarse en horario de mañana, temprano debido a que previo a la partida es necesario realizar la preparación (vestirse, preparar el equipo, hacer mediciones de la velocidad de disparo de las réplicas para ver que cumplen con la normativa de la partida y no están excesivamente mejoradas, hacer los equipos y explicar la misión) y es posible que los jugadores no tengan instaurada una rutina de calentamiento general, por lo que al ser individual la participación es baja. Lo mismo puede ocurrir con el estiramiento, ya que al finalizar la partida hay que recoger los materiales y desmontar el equipo, normalmente los jugadores están cansados por el nivel de exigencia física y tampoco tienen un tiempo específico destinado a estirar, por lo que se enfrían de forma súbita y se pueden olvidar de realizar una vuelta a la calma. Existen estudios (Shellock, 1985; Van Mechelen, 1993) que avalan la eficacia de estas técnicas en la prevención de lesiones en el deporte, pudiendo por ello ser una de las causas que puedan provocar una mayor incidencia de lesiones en estos jugadores.

En cuanto a limitaciones de este estudio es el uso del cuestionario online, lo que no permite la entrevista directa con la muestra y por tanto algunas preguntas pueden no ser bien comprendidas, obteniendo respuestas no del todo correctas. A ello hay que sumarle que son encuestas que los usuarios suelen contestar de forma

rápida y por tanto a veces los datos no son del todo exactos, ya que el examinador no ha podido realizar tallajes o pesajes con un mismo tallímetro o peso para estar seguro de la estandarización de la muestra. En futuros estudios, sería recomendable que la toma de datos se tomase de forma presencial con los mismos instrumentos y examinadores.

Sin embargo, es importante comentar ciertos puntos fuertes que hallamos en este estudio: por un lado, aunque no sabemos al 100% la cantidad de jugadores reales de Airsoft ya que no hay registros, si aceptamos la estimación de la Federación Española de 20.000 licencias (Federación Española de Airsoft, 2020), la muestra realizada en este estudio corresponde al 1,53% de la población total. Esto nos lleva a pensar que se trata de una muestra suficientemente grande como para ser representativa de la población de jugadores, aunque por supuesto, siempre puede ser mejorable. Por otro lado, la muestra de la que disponemos es muy representativa de todo el territorio nacional, ya que participaron un total de personas de 38 provincias diferentes.

4. CONCLUSIONES.

En este estudio hemos podido observar cuál es el perfil de los jugadores, tanto desde el punto de vista antropométrico como sociodemográficos: varón, media de 32 años, con una altura de 1,74m y un peso aproximado de 81,63Kg, un IMC encuadrado dentro del sobrepeso, soltero, con empleo activo y nivel de estudios superiores. Consideramos que es importante conocer estos datos con el fin de poder aplicar en un futuro medidas que ayuden a realizar una práctica segura y completa de este reciente deporte en auge.

Por último, se cree necesario destacar como perspectiva de futuro, el realizar un mayor número de estudios de este deporte, puesto que pueden suponer una actividad complementaria y de calidad para otros deportes profesionales. Además, es posible utilizarlo para dinámicas de grupo puesto que el componente cooperativo tal y como se ha indicado, es un factor intrínseco al deporte de Airsoft; dicho componente puede favorecer el desarrollo de la cohesión grupal entre jugadores dentro de diferentes deportes de equipo.

5. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

Aranceta-Bartrina, J., Pérez-Rodrigo, C., Alberdi-Aresti, G., Ramos-Carrera, N., & Lázaro-Masedo, S. (2014). Prevalencia de la obesidad general y obesidad abdominal en la población adulta española (25-64 años): estudio ENPE. *Revista española de cardiología*. [Internet] 2016. 69(6): 579-587.

Europa Press Data. Mujeres militares en el ejército, datos y estadísticas (2019, julio 15). [Internet]. Recuperado el 8 de abril de 2020. Disponible en <https://www.epdata.es/datos/mujeres-militares-ejercito-datos-estadistica/415>.

Federación de Asociaciones Andaluzas de Airsoft. Gestor de contenidos de la Federación de Asociaciones Andaluzas de Airsoft. [Internet]. Recuperado el 26 de Marzo de 2020. Disponible en <http://www.federacionandaluzadeairsoft.com/>.

Federación Española de Airsoft. Licencias de la federación Española de Airsoft. [Internet]. Recuperado el 10 de Abril de 2020. Disponible en <http://federacion-espa-airsoft.es/licencias/>.

Federación Española de Airsoft. Normativa FEA. [Internet]. Recuperado el 25 de Marzo de 2020. Disponible en http://federacion-espa-airsoft.es/normativa_fea/.

Fierro Suero, S., Haro Morillo, A., & García Montilla, V. (2017). *Los deportes alternativos en el ámbito educativo*. *Revista de Educación, Motricidad e Investigación*. [Internet]. 6, 40. Disponible en <https://doi.org/10.33776/remo.v0i6.2800>.

Gorisse, A., Ballester, L., Rollet, J., & Guerrin, F. (1985). *Hockey subaquatique- étude medico-sportive de l'équipe championne de France 1984*. LARC medical. [Tesis]. Université de droit de la santé, Lille. 5 (2): 100-102.

London Roller soccer sessions, football on skates, weekly practice in Victoria, London. [Internet]. Recuperado 25 marzo, 2020. Disponible en <http://www.rollersoccer.co.uk>.

Miller, JR y Demoiny, SG. (2008). *Parkour: a new extreme sport and a case study*. *The journal of foot and ankle surgery* [Internet]. 47 (1): 63-65. Disponible en <https://doi.org/10.1053/j.jfas.2007.10.011>.

Moscoso, D., Martín, M., Pedrajas, N., & Sánchez, R. (2013). *Sedentarismo activo. Ocio, actividad física y estilos de vida de la juventud española*. *Archivos de Medicina del Deporte*. [Internet]. 158(1): 341-347 Disponible en: http://femede.es/documentos/or01_158.pdf.

Omeñaca, J. V. R., de León, A. P., Sanz, E., & Valdemoros, M. Á. (2015). *La educación de valores desde el deporte: investigación sobre la aplicación de un programa integral de deportes en equipo*. *Retos Nuevas tendencias en Educación física, deporte y Recreación*. [Internet]. 28:270-275. Disponible en <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345741428047.pdf>.

Organización Mundial de la Salud. (2010). *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Ginebra (Suiza): Organización Mundial de la Salud.

Shellock, F.G. & Prentice, W.E. (1985). *Warming-up and stretching for improved physical performance and prevention of sports-related injuries*. *Sport medicine*. [Internet]. 2(4): 267-278. Disponible en <https://doi.org/10.2165/00007256-198502040-00004>.

Slamball rules: how to play Slamball. Rules of sport. [Internet]. Recuperado 25 marzo 2020. Disponible en <https://www.ruleofsport.com/sports/slamball.htm>.

Toescher AMR, Barlem ELD, Lunardi VL, Brum AN, Barlem JGT, Dalmolin GL. (2020). *Moral distress and professors of nursing: A cluster analysis*. *Nurs Ethics*. [Internet]. 969733019895794. doi: 10.1177/0969733019895794.

Travis L. (2010). One of Many Free Survey Tools: Google Docs. *Journal of Electronic Resources in Medical Libraries*. 7(2): 105–114. doi: 10.1080/15424065.2010.482902. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/15424065.2010.482902>.

Van Mechelen, W., Hlobil, H., Kemper, H. C., Voorn, W. J., & de Jongh, H. R. (1993). Prevention of running injuries by warm-up, cool-down, and stretching exercises. *The American Journal of Sport Medicine*. [Internet]. 21(5): 711-719. Disponible en <https://doi.org/10.1177/036354659302100513>.

Vennu V, Dahiya S. (2020). Awareness and Opinions of Research Professionals on India's New Drug and Clinical Trials Regulations: Protocol for a Cross-Sectional Web-Based Survey Study. *JMIR Res Protoc*. [Internet]. 9(1):e14744. doi: 10.2196/14744.

Venter, D. (2014). Participating in Paintball: Adventure or extreme sport? *African Journal of hospitality tourism and leisure*. [Internet]. 3(1): 1-8.

World Health Organization (2000). Obesity: Preventing and Management of the Global Epidemic. Report of the WHO Consultation. Technical Report Series. No. 894, World Health Organization, Geneva, Switzerland.

Fecha de recepción: 18/6/2020
Fecha de aceptación: 11/7/2020