

Empoderamiento y desarrollo humano a través del softbol en Perú: En atletas y entrenadores

Empowerment and human development through softball in Peru: In athletes and coaches

Pepe Luis Huamán Coronel ¹
<https://orcid.org/0000-0003-4950-2100>
phuamanco@ucvvirtual.edu.pe

¹Universidad César Vallejo, Perú.

RESUMEN

Objetivos: Describir el proceso de empoderamiento femenino a través del softbol en Perú, examinando la interacción entre el deporte y el desarrollo humano. Identificar los desafíos y compromisos enfrentados por atletas y profesionales involucrados en esta disciplina. Analizar el impacto sociocultural del deporte competitivo en sus vidas.

Metodología: Se realizó un estudio cualitativo empleando el Análisis Fenomenológico Interpretativo. Se exploró exhaustivamente las experiencias y percepciones personales de los 10 participantes de la investigación (2 deportistas, 3 entrenadores, 1 directivo, 1 árbitro y 3 padres de familia), con edades comprendidas entre los 34 y 60 años, y experiencia en la práctica deportiva que variaba entre 6 y 40 años, proporcionando una diversidad de perspectivas sobre la disciplina.

Resultados: Se reveló que el softbol actúa como un catalizador para mejorar la calidad de vida y educación de las atletas,

promoviendo un entorno de empoderamiento y facilitando el desarrollo de habilidades clave como la resiliencia y la autoconfianza. Se destaca el impacto significativo del softbol en mujeres provenientes de entornos desfavorecidos, abriendo puertas a oportunidades académicas y profesionales.

Conclusión: El softbol como deporte competitivo es clave para el empoderamiento femenino y el desarrollo humano en Perú, ofrece mejoras en la calidad de vida y el crecimiento profesional de las atletas. La falta de apoyo institucional limita su potencial. Es esencial aumentar el reconocimiento y el respaldo a este deporte para maximizar su impacto sociocultural. Se recomienda fortalecer las políticas de apoyo al deporte competitivo para asegurar recursos y promover sus beneficios.

Palabras clave: Empoderamiento femenino; desarrollo humano; softbol en Perú; igualdad de género; Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI).



RPCAFD



Recibido: 02 abril 2024
Aceptado: 24 junio 2024

Correspondencia:

Pepe Luis Huamán Coronel

E-mail:

phuamanco@ucvvirtual.edu.pe



ABSTRACT

Objectives: Describe the process of female empowerment through softball in Peru, examining the interaction between sport and human development. Identify the challenges and commitments faced by athletes and professionals involved in this discipline. Analyze the sociocultural impact of competitive sport on their lives.

Methodology: A qualitative study was carried out using Interpretative Phenomenological Analysis. The personal experiences and perceptions of the 10 research participants (2 athletes, 3 coaches, 1 manager, 1 referee and 3 parents), with ages between 34 and 60 years, and experience in sports practice that varied between 6 and 40 years, providing a diversity of perspectives on the discipline.

Results: It was revealed that softball acts as a catalyst to improve the quality of life and education of athletes, promoting an environment of empowerment and facilitating the development of key skills such as resilience and self-confidence. The significant impact of softball on women from disadvantaged backgrounds is highlighted, opening doors to academic and professional opportunities.

Conclusion: Softball as a competitive sport is key to female empowerment and human development in Peru, it offers improvements in the quality of life and professional growth of athletes. The lack of institutional support limits its potential. It is essential to increase recognition and support for this sport to maximize its sociocultural impact. It is recommended to strengthen policies to support competitive sport to ensure resources and promote its benefits.

Keywords: Female empowerment; human development; softball in Peru; gender equality; Interpretative Phenomenological Analysis (AFI).

1. Introducción

En Perú, el ámbito del deporte, especialmente el de alto rendimiento, aún no ha alcanzado su máximo potencial. Esto se refleja en la posición del país en los Juegos Bolivarianos de Valledupar 2022, donde se ubicó en el quinto lugar^{1,2}. Sin embargo, un punto destacado fue la disciplina del softbol, que no solo obtuvo una medalla de bronce, sino aseguró su clasificación a los Juegos Panamericanos Santiago 2023 después de 35 años, marcando un hito en la historia deportiva peruana³.

A pesar del reconocimiento de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) sobre el deporte como un medio para fomentar la educación, la salud, el desarrollo y la paz⁴, en Perú, la participación en actividades deportivas es relativamente baja, con solo el 52.4% de la población involucrada en algún tipo de deporte, ejercicio o actividad física, y aún menor en el caso de las mujeres (41.3%)⁵. Esto resalta una disparidad significativa, especialmente considerando los reportes del World Economic Forum [WEF]⁶, que sitúa a Perú en una posición expectante en cuanto al empoderamiento político femenino, pero con necesidad de mejoras en la

participación económica, educativa y en el acceso a la salud.

La literatura científica sugiere una relación positiva entre el deporte competitivo y el desarrollo humano⁷. Diversos estudios destacan los beneficios de la práctica deportiva en la salud física y mental, el bienestar económico, la empleabilidad, el desarrollo personal, el voluntariado, la reducción del comportamiento antisocial, el bienestar comunitario y la inclusión social^{8,9}. Asimismo, se señalan beneficios subjetivos individuales, como la satisfacción con la vida y la calidad de vida^{10,11}.

Dado este contexto, y considerando la brecha de oportunidades de desarrollo para las mujeres en Perú (74.9% y 76.4% según el WEF^{6,7}) es crucial investigar si la práctica del softbol competitivo en Perú influye en el desarrollo humano de las deportistas, particularmente en aspectos como la salud, la educación y la formación de capital humano. A través de esta indagación, aspiramos a comprender mejor cómo este deporte puede actuar como un catalizador para el empoderamiento y el progreso de las mujeres en el Perú contemporáneo.

Revisión de la literatura: el deporte como facilitador del desarrollo humano

El vínculo entre el deporte y el desarrollo humano ha sido ampliamente estudiado, arrojando resultados variados que son pertinentes para nuestra investigación sobre el impacto del softbol en Perú. Pawlowski et al.¹² encontraron que la participación en deportes grupales en Perú tiene un impacto positivo en la salud y el capital social de los niños, aunque no evidenciaron un efecto significativo en el bienestar y la formación de capital humano. Esta disparidad en los resultados sugiere que el impacto del deporte puede variar según el contexto y la disciplina, lo que es crucial para nuestro enfoque en el softbol, especialmente en el contexto femenino.

Gomes-Sentone et al.¹³ destacaron una correlación entre el Índice de Desarrollo Humano (IDH) y el rendimiento de los nadadores brasileños, sugiriendo que un mayor IDH favorece el desarrollo deportivo. Este hallazgo nos lleva a preguntarnos si un fenómeno similar podría observarse en el softbol peruano y cómo este deporte, a su vez, podría influir en el IDH del país. El estudio de Toyama et al.¹⁴ en países latinoamericanos, incluido Perú, reveló que las actividades deportivas pueden ser un medio eficaz para combatir la depresión y la ansiedad en los jóvenes. Esto resalta la importancia del softbol no solo como una actividad física, sino también como una herramienta potencial para mejorar la salud mental en Perú.

Núñez et al.¹⁵ encontraron que los jóvenes en riesgo involucrados en deportes en Guatemala mostraron mejor autoestima y mayores competencias socioemocionales. Esto es particularmente relevante para nuestro estudio, ya que sugiere que el softbol puede tener un impacto similar en las jóvenes deportistas peruanas, no solo en términos de salud física sino también en el desarrollo de habilidades socioemocionales. Nery et al.¹⁶ aportan una perspectiva crítica, advirtiendo que los efectos del deporte no son universalmente positivos y pueden variar según el entorno y las relaciones dentro de la comunidad deportiva. Esta consideración nos lleva a examinar no solo los beneficios potenciales del softbol sino también los desafíos y las dinámicas que podrían influir en la experiencia de las deportistas en Perú.

Finalmente, Som¹⁷ examinó la relación entre el rendimiento deportivo y el IDH, encontrando una correlación positiva. Esta observación es crucial para nuestra investigación, ya que sugiere que el fortalecimiento del softbol en Perú podría contribuir al desarrollo humano del país, especialmente considerando el creciente interés y participación en este deporte.

Teorías del deporte competitivo y del desarrollo humano

En esta investigación se consideran sinónimos los términos deporte competitivo, deporte de alto rendimiento y deporte de alta competencia, conforme a su uso indistinto en la literatura. Según Feito et al.¹⁸, el deporte competitivo se define por un entrenamiento intensivo y metodológico diseñado para optimizar la condición física y el rendimiento del atleta. Paralelamente, Rodríguez y Seré¹⁹ enfatizan la dedicación a tiempo completo y la búsqueda de alta performance. En el caso específico del softbol peruano, estas definiciones sugieren un marco para explorar cómo las atletas peruanas experimentan y se comprometen con este deporte, tanto en términos de entrenamiento como de dedicación personal y comunitaria.

Fontes y Brandão²⁰ advierten sobre los riesgos y el estrés del ambiente competitivo, aunque también reconocen el potencial de fortalecimiento personal y la creación de redes de apoyo. Este enfoque crítico es esencial para comprender las experiencias de las jugadoras de softbol en Perú, considerando tanto los desafíos como los aspectos enriquecedores de su participación en el deporte.

En cuanto al desarrollo humano, tradicionalmente se ha medido en términos de salud, educación e ingresos²¹. Biggeri y Mauro²² y Assa²³ destacan el IDH como un indicador clave de progreso socioeconómico. En este estudio, se investigó cómo la práctica del softbol en Perú puede influir en estas dimensiones, especialmente considerando el potencial del deporte para mejorar la salud, proporcionar acceso a la educación universitaria y posiblemente influir en los ingresos y oportunidades económicas de las atletas.

Som¹⁷ incluye el deporte como indicador del IDH, lo que resaltaría la relevancia del softbol en el desarrollo humano peruano. Este estudio buscó evidencias de cómo el softbol puede contribuir al

IDH de Perú, considerando no solo los aspectos tradicionales de desarrollo humano sino también la inclusión social, el empoderamiento y el desarrollo comunitario.

Esta investigación explora cómo el softbol en Perú, como disciplina deportiva de alto rendimiento y dominada principalmente por mujeres, contribuye al empoderamiento y al desarrollo

integral en un país donde la equidad de género en el deporte aún enfrenta desafíos significativos. El estudio ofrece una mirada detallada a cómo este deporte puede ser un vehículo para el progreso social, educativo, personal y laboral, reflejando así la intersección entre el deporte competitivo y el desarrollo humano.

Metodología

El tipo de estudio es cualitativo y empleó el Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI) para explorar y comprender las experiencias y percepciones de deportistas y otros actores clave en el softbol peruano, con énfasis en cómo estas experiencias influyen en su desarrollo humano. El AFI fue elegido por su eficacia en generar descripciones detalladas y profundas de experiencias personales, permitiendo una interpretación rica de significados y percepciones²⁴.

Las preguntas de investigación fueron diseñadas para indagar en profundidad las experiencias con el softbol, centrándose en su influencia en la salud, educación, desarrollo personal y profesional. Estas preguntas introductorias son abiertas y exploratorias, facilitando una comprensión integral de los significados construidos por los participantes²⁴. Así, las preguntas introductorias de la investigación fueron:

- ¿Cómo ha influenciado el deporte de alto rendimiento, específicamente el softbol, en su vida diaria y sus expectativas personales y profesionales?
- ¿De qué manera ha impactado el deporte de alto rendimiento, específicamente el softbol, en su salud física y bienestar mental?
- ¿Puede describir cómo su experiencia en el deporte de alto rendimiento, específicamente el softbol, ha afectado su trayectoria educativa, incluyendo oportunidades y desafíos?
- ¿De qué forma ha contribuido su participación en el deporte de alto rendimiento, específicamente el softbol, a su situación económica y oportunidades laborales?

La recolección de datos se realizó mediante entrevistas semiestructuradas, la técnica preferida en AFI. Este método permite una comunicación fluida y profunda, facilitando que los participantes expresen sus experiencias y percepciones en un entorno natural y sin restricciones²⁴. Además, se incorporaron elementos como la grabación de audio para garantizar una transcripción precisa y completa de las entrevistas.

La selección de participantes se realizó de manera intencional, eligiendo individuos que puedan aportar una comprensión profunda y variada del fenómeno del softbol en Perú. Se buscó incluir una variedad de roles (deportistas, entrenadores, árbitros, entre otros) para capturar una gama diversa de experiencias y perspectivas, como se detalla en la Tabla 1.

Tabla 1. Características de los participantes

Código	Tipo	Experiencia	Instrucción	Sexo	Edad
E1	Entrenador	20	Técnico	Masculino	55
E2	Directivo	40	Secundaria	Masculino	53
E3	Entrenador	23	Superior	Masculino	38
E4	Árbitro	32	Superior	Masculino	60
E5	Madre	8	Técnico	Femenino	55
E6	Madre	7	Técnico	Femenino	40
E7	Deportista	20	Superior	Femenino	34
E8	Deportista	33	Superior	Femenino	50
E9	Entrenador	7	Superior	Masculino	50
E10	Padre	6	Superior	Masculino	48

Elaboración propia

El proceso de análisis de datos fue iterativo e interpretativo, siguiendo los pasos clave de la guía metodológica del AFI²⁴:

- a. Comentarios iniciales: Lectura iterativa de las transcripciones para familiarizarse con los datos y anotación de aspectos significativos.
- b. Identificación de temas emergentes: A partir de los comentarios iniciales, se identificaron temas emergentes, que fueron posteriormente codificados y categorizados.
- c. Agrupamiento de temas: Organización de los temas emergentes en categorías basadas en similitudes conceptuales, como se muestra en la Tabla 2.
- d. Elaboración de la tabla de temas: Desarrollo de una tabla que resume el estudio, destacando temas mayores y subordinados.
- e. Redacción de resultados: Construcción de una narrativa basada en la tabla de temas, complementada con análisis detallados y ejemplos de los datos.

Tabla 2. Agrupamiento de temas

Temas mayores	Temas emergentes
Empoderamiento a través del deporte	<ul style="list-style-type: none"> ● Empoderamiento femenino ● Desarrollo de autoestima y confianza ● Superación de obstáculos y resiliencia
Interacción entre deporte y desarrollo humano	<ul style="list-style-type: none"> ● Mejora en la calidad de vida, salud y bienestar ● Impacto en la educación y formación profesional
Desafíos y compromisos del deporte de alto rendimiento	<ul style="list-style-type: none"> ● Equilibrio entre deporte, educación y vida personal ● Compromiso y dedicación ● Retos en el entorno y apoyo familiar

Impacto sociocultural del
softbol

- Inclusión social y diversidad
- Fomento de valores y disciplina
- Reducción de brechas de género y equidad
- Desarrollo de habilidades sociales y responsabilidad

Elaboración propia

Resultados

Se presentan estos resultados destacando experiencias y percepciones relevantes de los participantes. Las citas seleccionadas respaldan los hallazgos, enfocándose en las vivencias personales y opiniones de los entrevistados.

Empoderamiento a través del deporte

El softbol en Perú impulsa el empoderamiento femenino y el desarrollo personal. El deporte ayuda a las mujeres a superar barreras socioeconómicas y promueve la igualdad de género. Proporciona una base para la autoconfianza y la resiliencia, abriendo puertas a oportunidades académicas y profesionales. Los valores como la perseverancia y la disciplina, adquiridos en el softbol, se aplican en otros aspectos de la vida, contribuyendo al éxito académico y profesional. El softbol se convierte así en un catalizador para una mentalidad resiliente y disciplinada en la vida diaria.

Sobre el empoderamiento femenino se destaca que las deportistas han encontrado en el deporte una vía para alcanzar logros académicos y profesionales significativos, superando barreras socioeconómicas y fomentando la igualdad de género. [...] He visto chicas muy pobres que tenían problemas, que se sentían menos que las otras chicas que sí tenían dinero. Hay una chica que ingresó a la universidad por el deporte, [...] otra es ahora ingeniera y trabaja en una compañía extranjera, [...] muchas deportistas se han empoderado gracias al deporte, [...] (E1). Por ejemplo, [...] hay chicas que son médicos, psiquiatras, veterinarias y de otras carreras (E1).

Se destaca el impacto positivo del deporte en la vida de las niñas. [...] El deporte les da a estas niñas un empoderamiento al ver otras realidades

de las que ellas tienen, [...] las tenemos ocupadas entrenando, [...] que salgan de los vicios y de malas cosas [...] (E3). Este impacto suele ser más profundo y significativo cuando llegan a ser seleccionadas, [...] a la hora de estar en una selección nacional van viendo poco a poco que ellas sí pueden sostenerse solas, sin la necesidad de otras personas, [...] ellas se dan cuenta de que pueden llegar a ser algo en la vida [...] (E1).

Persistencia y autosuperación estuvieron presente como elementos del empoderamiento femenino: [...] Es el mismo comportamiento que tienes dentro de la cancha, que cuando estás en la universidad, [...] todos los días estás luchando contigo mismo, por ser mejor [...] (E9). Las deportistas de alto rendimiento experimentan una transformación que incluye un empoderamiento permanente, [...] el deporte de la alta competencia es un elemento que permite que la mujer no solamente se empodere durante el tiempo en que está dedicada al deporte, sino que ella asume esa actitud de vida [...] (E4). Esto significa que los valores como la perseverancia, la disciplina, la confianza en sí misma y la resiliencia que se desarrollan en la competición deportiva se extienden más allá del campo de juego y se aplican a otras áreas de su vida cotidiana.

Sobre la autoestima y confianza, se observa que la práctica del deporte contribuye al desarrollo de una mentalidad resiliente y disciplinada, beneficiosa tanto en el ámbito deportivo como académico y personal. Este compromiso con la excelencia y la mejora continua refuerza la autoestima y la confianza en sí mismas de las deportistas. [...] Tienen otra mentalidad, tienen otros objetivos y entrenan para lograr esos objetivos con mucha disciplina [...] (E7). [...] Quién haya

hecho este proceso, o quien, incluso habiéndolo truncado, va a obtener beneficios, porque avanzará en su integridad y en su visión como persona, [...] también fortalecerá sus objetivos personales a futuro [...] (E4). [...] El deportista de alto rendimiento es el sujeto que puede con todo eso, que además del orden y la disciplina que le brinda el entrenar, [...] le ayuda en la parte académica [...] (E3). Pero, [...] el deporte de alto rendimiento no puede ser obligado, debe ser motivado [...] por querer ser mejor, ser diferente, ser más fuerte, más hábil y rápido para ganarle a otros países, [...] para darle lauros deportivos al Perú, [...] por dejar un legado [...] (E8).

Se resaltó la importancia en el desarrollo de diversas variables psicológicas que son fundamentales en la vida, tanto en el ámbito deportivo como en el educativo y personal. [...] El hecho de que tú seas muy perseverante con esto que quieres, desarrolla la fuerza de voluntad, [...] desarrolla la autoconfianza [...] (E8). El seleccionado nacional de softbol, [...] es un grupo muy sui generis, son chicas que, muchas de ellas, como mi hija, empezaron a los 12 o 13 años jugando un campeonato sudamericano, [...] las caritas que yo veía hace unos años, respecto de las caras que veo ahora, [...] son más seguras de sí mismas [...] (E10).

Sobre la superación de obstáculos y resiliencia, las deportistas demuestran una notable capacidad para superar desafíos, incluyendo limitaciones económicas y sociales. Su participación en el deporte les permite acceder a oportunidades educativas y profesionales en el extranjero, promoviendo una visión de vida más amplia y resiliente frente a las adversidades. [...] los que llegan a este nivel, [...] va a obtener beneficios, [...] en su visión como persona, sus perspectivas de la vida y de la sociedad, [...] (E4). Un ejemplo fue [...] nuestra lanzadora, que ahora se va a una universidad en Estados Unidos a estudiar, [...] allá va a tener de todo, [...] una persona que estudia en el extranjero y viene al Perú tiene muchas oportunidades [...] (E1).

Se destacó también la similitud en la mentalidad competitiva y la búsqueda de la mejora personal en el deporte y en la educación superior. [...] El tema de ser persistente, de la auto superación, de la mejora continua, [...] es el mismo comportamiento que tú tienes dentro de la cancha, que cuando estás

en tu universidad, [...] todos los días estás luchando contigo mismo por ser mejor, [...] (E9). Llamó la atención la resiliencia que aporta el deporte de alta competencia, especialmente el softbol. [...] En el fútbol, por ejemplo, a los chicos les enseñan a fingir y nosotros le enseñamos a las chicas a no fingir, sino a tener espíritu de sacrificio, incluso si te cae una bola, que obviamente te duele más que una pelota de fútbol, en la medida de lo posible traten de reincorporarse lo más rápido que puedan [...] (E4).

Interacción entre deporte y desarrollo humano

El softbol en Perú no solo mejora la calidad de vida, la salud y el bienestar de las atletas, sino que también impacta positivamente su educación y desarrollo profesional. El deporte se revela como un catalizador para el bienestar integral, otorgando beneficios físicos y mentales. Las habilidades adquiridas, como la disciplina y manejo de la presión, trascienden el ámbito deportivo, enriqueciendo la vida académica y profesional. Así, el softbol se convierte en un instrumento de empoderamiento y crecimiento personal, preparando a las mujeres jóvenes para el éxito en diversos aspectos de la vida.

[...] Está más que demostrado que las atletas que hacen deporte de alto rendimiento tienen una mejor calidad de vida en cuanto a la salud [...] (E3), [...] no hay mucho debate de que no sea así [...] (E3); además, su práctica promueve hábitos saludables. [...] El deporte en general influye positivamente en la salud de los que lo practican [...] (E4); y reduciendo la propensión a enfermedades crónicas y degenerativas. [...] El atleta que hace alto rendimiento es mucho menos propenso a sufrir enfermedades crónicas y otro tipo de enfermedades degenerativas, en todo caso aparecen en un estadio superior en cuanto a la edad, es mucho después que en personas sedentarias [...] (E3).

Se destaca que las deportistas de alto rendimiento tienden a tener una mejor vejez, lo que sugiere beneficios potenciales a largo plazo para la salud y el bienestar, [...] salvo algunas excepciones, no es una garantía, pero sí es un potencial beneficio [...] (E4). El compromiso con el entrenamiento y la competencia implica cambios en el estilo de vida que favorecen el desarrollo de habilidades y hábitos más saludables,

[...] ya no vas a las fiestas porque tienes que descansar, porque es indispensable estar bien para las competencias [...] (E8). Existen programas de salud especializados, que son beneficiosos para las atletas, especialmente aquellas provenientes de contextos socioeconómicos desfavorecidos, [...] nuestras atletas se atienden en los diferentes programas de salud del IPD [...] ante cualquier situación que se les presente, [...] sobre todo, para ese grupo de atletas que viene con una condición social que le dificulta un poco más el acceso a la salud [...] (E3).

El softbol facilita el acceso a la educación superior y la formación profesional, con notables beneficios para las atletas. Las universidades peruanas y extranjeras ofrecen ingreso directo, becas, y descuentos a deportistas calificados, permitiendo una mayor flexibilidad en sus estudios. [...] En Perú hay universidades que dan el ingreso directo para seguir estudios universitarios por ser deportista calificado o de alto rendimiento [...] (E1), [...] tienes hasta un 50 % de descuento del costo de la mensualidad, [...] les dan facilidades para continuar con sus estudios [...] (E3), [...] para que puedan escoger sus horarios según sus entrenamientos [...] (E1) y [...] flexibilidad cuando tienen que viajar [...] (E4). [...] A nivel internacional, hay deportistas que están consiguiendo becas universitarias, a veces al 100%, ellas solo tienen que pagar su estadía y su alimentación [...] (E1).

Este apoyo académico se complementa con la alta capacidad de los atletas para manejar la presión y el estrés, habilidades altamente valoradas en el mundo laboral y empresarial. [...] Las deportistas de alto rendimiento son personas muy capacitadas en la vida, personas ordenadas, [...] son las personas más buscadas en las grandes empresas [...] (E1), además, [...] su visión es ganar, yo nunca he visto un atleta que su visión sea perder, eso mismo quiere un empresario, tener un director de empresa que sea [...] ambicioso por ganar, [...] la empresa quiere a un trabajador que quiere que su equipo sea el mejor [...] (E9).

[...] Un atleta de alto rendimiento sabe lo que es soportar la presión, cuando estás en el campo perdiendo y se está acabando el partido, eso va formando una mentalidad y una personalidad que te prepara de sobremanera para el mundo [...] (E3). [...] El nivel de estrés que se pueda

manejar en una empresa nunca va a ser igual que el nivel de estrés que maneja un equipo que está luchando una clasificación para un panamericano o una clasificación al mundial [...]. Es una suma de habilidades y una construcción de tu conducta, de tus actitudes, que te lo da cuando lo extrapolas a tu vida personal y a tu vida profesional. Es un ganar – ganar [...] (E9).

Desafíos y compromisos del deporte de alto rendimiento

El deporte de alto rendimiento demanda no solo el equilibrio entre deporte, educación y vida personal, sino en el compromiso y dedicación, y los retos en el entorno y apoyo familiar. En el softbol peruano convergen la pasión, la disciplina y la perseverancia. Sin embargo, detrás de las victorias y logros que estos atletas alcanzan, se esconden realidades complejas y multifacéticas que demandan nuestra atención.

El equilibrio entre el deporte de alto rendimiento, como el softbol, la educación y la vida personal presenta retos significativos. Uno de estos retos es la exclusividad del deporte de alto rendimiento, [...] este resulta siendo la más elitista y la más excluyente [...] (E9). El carácter selectivo y exigente del deporte de alto rendimiento conlleva a una baja proporción de atletas de élite: [...] Solo algunos llegan al alto rendimiento, es una ratio baja [...] (E4), [...] aproximadamente el 1 %, de los que lo practican, logran llegar a la élite competitiva, entonces, visto socialmente, resulta ser un sector poblacional muy restringido [...] (E9).

Otro desafío es el compromiso de tiempo y energía que debe asumir el atleta del alto rendimiento: [...] Es imposible lograr un resultado si no es a partir de un trabajo brutal, dedicando más de la mitad de tu vida a entrenar [...] (E9), [...] te quita muchas horas de vida, es entrenar de 5 a más horas diarias, no tienen domingos familiares [...] (E1). Estas evidencias ilustran el alto nivel de compromiso requerido para ser parte del seleccionado nacional de softbol. Este tiempo y energía dedicado al deporte de alto rendimiento [...] ejerce una influencia en la vida de las deportistas [...], pero implica sacrificio, sin dejar de lado ciertas cosas, por ejemplo, continuar con los estudios universitarios, dejar de pasar tiempo con amigos, con la familia [...] (E8).

Otro desafío es el cambio de prioridades. El deporte de alto rendimiento [...] posiblemente cambie tus prioridades, por ejemplo, ya no vas a las fiestas porque tienes que descansar, [...] logras desarrollar más habilidades y, posiblemente, hábitos más saludables [...] (E8). [...] Es dejar de hacer vida social [...] (E1). Este compromiso puede llevar a cambios en el estilo de vida y en las relaciones sociales. [...] Se dieron casos donde buenas deportistas [...] dejaron el deporte de alto rendimiento, porque prefirieron la vida social antes que ir a entrenar o de mantener una responsabilidad como seleccionada nacional [...] (E1). Esto indica las difíciles decisiones que enfrentan los atletas entre el deporte, la educación y la vida personal.

Sobre el compromiso y dedicación, los atletas enfrentan jornadas extenuantes, comprometiendo gran parte de su tiempo al entrenamiento y la competencia, lo que trae como consecuencia que, la mentalidad de un atleta de alto rendimiento se caracterice por una fuerte disciplina y objetivos claros: [...] tienen otra mentalidad, otros objetivos y entrenan para lograr esos objetivos con mucha disciplina [...] (E7). La evidencia enfatiza la importancia del deporte para el desarrollo académico y personal: [...] El deportista de alto rendimiento es el sujeto que puede con todo eso, [...] (E3). Pero, [...] el deporte de alto rendimiento no puede ser obligado, debe ser motivado, desde el punto de vista interno, por querer ser mejor, [...] y desde el punto de vista externo, para darle lauros deportivos al Perú (E8). Además, se observa una mayor disposición y compromiso entre las deportistas femeninas: [...] son más dispuestas al trabajo, se comprometen más con las metas [...] (E9).

Sobre el apoyo familiar se destaca su importancia en el deporte. Si bien, el deporte de alto rendimiento es elitista y excluyente, el trabajo de la Federación Deportiva Nacional Peruana de Softbol (FDNPS) lo transformó en inclusiva: [...] Tuvimos atletas que vinieron de zonas bastante vulnerables, de bajos recursos [...] (E3), pero, los entrenamientos intensivos y exigentes, a menudo en horarios complicados, requería el apoyo familiar. [...] A veces entrenan hasta tarde, salen en la noche, después del colegio [...] (E2), requieren una comprensión y apoyo familiar sustancial. En algunos casos, el compromiso con el deporte puede verse recompensado con una percepción positiva por parte de las familias, [...] nosotros en

la familia, consideramos que el deporte es lo mejor lo que le ha pasado a ella [...] (E5), destacando la complejidad y la variabilidad del impacto del deporte de alto rendimiento en la vida familiar y personal.

Impacto sociocultural del softbol

La práctica del softbol en Perú tiene un impacto sociocultural, entre ellos la inclusión social y diversidad en el deporte, el fomento de valores y disciplina, la reducción de brechas de género y equidad, y el desarrollo de habilidades sociales y responsabilidad.

Sobre la inclusión social y la diversidad, [...] desde el punto de vista social, representa un componente de identidad del país, además, establece pautas, conductas sociales, modas e impulsa la tendencia de la necesidad de la práctica deportiva en la población [...] (E9). En el softbol se acoge a atletas de diversos orígenes, [...] tuvimos atletas que vinieron de zonas bastante vulnerables, de bajos recursos, y que no tenían acceso a ciertos estándares de calidad de vida [...] (E3), fomentando valores como la solidaridad y el respeto a través de la práctica deportiva, [...] te enseña mucha disciplina, solidaridad y tener valores [...]. También, al ser un deporte colectivo, educa el sentido de cooperación y coordinación con el equipo, a ser muy comunicativo con los demás compañeros, mucha integración y respeto hacia las personas [...] (E1). Como un deporte inclusivo, [...] nosotros acá le damos valor a todos. O sea, aquí el softbol es un deporte inclusivo de por sí, tú puedes hacer jugar a una “grande”, a una “bajita”, a una “gordita”, una “delgadita”, a todos tú le das una responsabilidad dentro del campo [...] (E1), y refuerza la idea de que aumentar el número de atletas dedicados al deporte como medio de vida beneficia a la sociedad en general. [...] En la medida que tengamos más atletas que vivan del deporte y que lo tomen como medio de vida, como sociedad vamos a ganar mucho [...] (E9).

El softbol en Perú no solo es un componente de identidad nacional, sino que también fomenta valores y disciplina en sus atletas. [...] Este reducido grupo [...] establece pautas, conductas sociales [...] (E9), mostrando cómo el deporte influye en la sociedad. Los atletas, entrenados rigurosamente, desarrollan [...] una mentalidad diferente, [...] (E7), lo que les ayuda en la

parte académica. La práctica deportiva enseña [...] disciplina, solidaridad, valores diarios, cooperación, comunicación y respeto [...] (E1; E6), fundamentales para el desarrollo personal y profesional. Estos valores, [...] tolerancia, perseverancia, responsabilidad y lealtad [...] (E1), [...] son esenciales en el mundo empresarial, donde los atletas son valorados por su capacidad para manejar la presión y tomar decisiones rápidas [...] (E3). [...] El tema de la disciplina es uno de los puntos más importantes, la puntualidad también es otro, [...] aprender a trabajar en equipo y entender al equipo, entender al compañero, el hecho de respetarse entre sí [...] (E10), son valores muy requeridos hoy en día en los ámbitos educativo, profesional y laboral.

A través del softbol las mujeres han logrado empoderarse y reconocer su valor, desafiando así las normas tradicionales de género. La práctica de este deporte ha permitido el empoderamiento y auto realización de las deportistas, [...] el deporte influye bastante en que la deportista se dé cuenta, que las deportistas mujeres tienen un valor y ellas poco a poco van dándose su derecho [...] (E1). Esta auto realización se extiende a la capacidad de las mujeres para sostenerse independientemente, [...] ellas a la hora de estar en una selección nacional ven [...] que ellas sí pueden lograr y sostener una familia, o sostenerse ellas solas, por sí misma, sin la necesidad de otras personas [...] (E1). Se subraya la capacidad de las mujeres para competir en igualdad de condiciones con los hombres, [...] porque ellas se sienten capaces de cualquier cosa, por ejemplo, una de mis hijas [...] participa de tú a tú con sus compañeros, tanto hombres como mujeres [...] (E6).

El softbol también ha servido como un trampolín para el empoderamiento profesional de las mujeres, se ha promovido la participación femenina en roles de liderazgo dentro del deporte, [...] últimamente se está viendo mucho el empoderar a la mujer, no solamente en el deporte como deportista, sino, también como dirigente, también como árbitro y como gestora [...] (E8). El softbol ha proporcionado a las mujeres una plataforma para obtener reconocimiento y respeto social, [...] que la mujer tenga la capacidad, a partir del deporte, a partir de los resultados, tiene una connotación a nivel social, es reconocida, aplaudida y querida, eso a la mujer le da la potencia en su función social [...] (E9). A pesar de los avances,

aún existen desafíos significativos relacionados con las brechas de género, especialmente en contextos vulnerables, [...] lamentablemente en el país todavía existe una brecha muy grande de desigualdad entre hombres y mujeres [...] pero muchas de nuestras chicas que están ahora con esos logros [...] han salido de lugares de zonas bastantes vulnerables [...] (E7).

El softbol en Perú no solo representa un deporte de alto rendimiento, sino también una plataforma para el desarrollo integral de habilidades sociales y responsabilidad. Uno de estos aspectos es el impacto en la integridad y visión personal: [...] quién haya hecho este proceso [...] va a obtener beneficios, porque avanzará en su integridad y en su visión como persona [...] (E4). Esto implica que incluso aquellos que no alcanzan el nivel más alto se benefician del proceso formativo del softbol. Otro aspecto relevante es el fomento de valores y disciplina. [...] Te enseña mucha disciplina, solidaridad y tener valores [...] (E1), además [...] la tolerancia, la perseverancia, la responsabilidad y la lealtad [...] (E1) son valores fundamentales que se inculcan en el deporte, mostrando cómo el softbol contribuye al desarrollo personal y profesional.

Otro aspecto es el desarrollo de habilidades bajo presión, [...] el deportista de alto rendimiento es el sujeto que puede con todo eso [...] (E3) y [...] ellos saben que si tienen que trabajar [más horas] se van a quedar sin ningún problema [...] (E1). Se resalta la capacidad de los atletas para manejar situaciones de alta presión, una habilidad transferible al ámbito profesional y personal. Historias como [...] ella, antes de ingresar al deporte y a su club, era una chica cerrada, tímida [...] (E5) y cómo el softbol la ayudó a transformarse en alguien más abierto y confiado, evidencian el poder transformador del deporte. Finalmente, la práctica del deporte de alto rendimiento es un facilitador de capacidad de decisión y resiliencia, [...] cuando vemos la evolución de nuestras chicas [...] ves cómo esas conductas se van modificando, como tiene más capacidades para enfrentar situaciones complejas [...] (E9), evidencia que demuestra cómo el deporte prepara a los atletas para enfrentar y resolver desafíos complejos.

Discusión

Empoderamiento a través del deporte

Esta investigación destaca el impacto significativo del softbol en el empoderamiento femenino y el desarrollo humano en Perú. Resalta cómo este deporte contribuye al desarrollo de autoestima, confianza y resiliencia, especialmente en un contexto donde la participación femenina en deportes es limitada^{1,5}. El estudio revela que el softbol no solo ayuda a superar barreras socioeconómicas, sino también impulsa el éxito académico y profesional de las mujeres en áreas tradicionalmente masculinas, fortaleciendo su posición en la sociedad.

Los testimonios de las atletas y los entrenadores reflejan cómo el softbol influye positivamente en su vida personal y profesional, fomentando una mentalidad resiliente y disciplinada. Estos hallazgos resuenan con estudios previos que destacan los beneficios del deporte en el desarrollo de habilidades socioemocionales y la mejora de la autoestima^{14,15}. Sin embargo, a diferencia de otros deportes que a menudo fomentan una mentalidad competitiva más agresiva, el softbol promueve valores como el trabajo en equipo, la resiliencia y la autosuperación, que son transferibles a entornos académicos y profesionales.

Este estudio sugiere que mejorar la infraestructura deportiva y aumentar el apoyo institucional y gubernamental podría ampliar significativamente el impacto positivo del softbol en el desarrollo humano. Al comparar con la literatura existente, se observa que un mayor Índice de Desarrollo Humano podría favorecer el desarrollo deportivo¹³, lo que indica que el fortalecimiento del softbol en Perú podría tener un efecto recíproco en el desarrollo humano general del país.

Interacción entre deporte y desarrollo humano

A partir de los testimonios de las atletas y los entrenadores se evidencia que el softbol, más allá de ser un simple deporte, actúa como un catalizador significativo para el desarrollo humano, especialmente entre las mujeres jóvenes. Esta influencia se manifiesta en mejoras en la

calidad de vida, salud y bienestar, así como en la educación y formación profesional de las atletas.

Los hallazgos indican que el softbol contribuye positivamente a la salud y bienestar de las atletas, en consonancia con las observaciones de Pawlowski et al.¹² sobre el impacto benéfico de los deportes grupales. Sin embargo, mientras Pawlowski et al.¹² no encontraron un efecto significativo en el bienestar y la formación de capital humano, nuestros resultados sugieren que, en el caso del softbol, estos beneficios son más pronunciados. La diferencia puede atribuirse a la naturaleza del softbol como un deporte de alto rendimiento, que implica un compromiso más intensivo y estructurado. Esto se alinea con las advertencias de Fontes y Brandão²⁰ sobre los riesgos del ambiente competitivo, sugiriendo que mientras hay beneficios, también hay desafíos inherentes.

Asimismo, se destaca la influencia del softbol en la educación superior y el desarrollo profesional, un aspecto respaldado por el estudio de Gomes-Sentone et al.¹³, que mostró una correlación entre el IDH y el rendimiento deportivo. El softbol parece ofrecer oportunidades educativas y profesionales, especialmente para mujeres, lo que es crucial en un contexto donde la participación femenina en deportes es relativamente baja⁵. Sin embargo, estos beneficios deben ser considerados en el contexto de las disparidades socioeconómicas que pueden limitar el acceso a tales oportunidades.

Los desafíos identificados en la investigación, como las limitaciones económicas y la infraestructura deportiva insuficiente, resuenan con las preocupaciones planteadas por Nery et al.¹⁶. Además, la necesidad de abordar estos desafíos es aún más crítica en Perú, dado que Som¹⁷ encontró una correlación entre el rendimiento deportivo y el IDH. Esto sugiere que mejorar el softbol y otros deportes en Perú podría tener un impacto positivo en el desarrollo humano del país.

En resumen, los hallazgos respaldan la idea de que el softbol puede ser un medio efectivo para mejorar la calidad de vida, la salud, el bienestar, y el desarrollo académico y profesional en Perú. Al

mismo tiempo, ofrecen nuevas perspectivas sobre los desafíos específicos que enfrenta el softbol en este contexto, incluyendo la necesidad de mayor apoyo institucional y reconocimiento social. Estos hallazgos sugieren que, aunque el softbol en Perú tiene un potencial significativo para contribuir al desarrollo humano, este potencial solo puede realizarse plenamente a través de un enfoque holístico que aborde las desigualdades existentes y promueva una mayor inclusión y accesibilidad en el deporte.

Desafíos y compromisos del deporte de alto rendimiento

Desde la perspectiva de las atletas y de los entrenadores el deporte de alto rendimiento en Perú, particularmente en el softbol, requiere un equilibrio delicado entre las exigencias deportivas, educativas y personales. A pesar de su naturaleza elitista y excluyente, este deporte brinda oportunidades significativas de desarrollo, aunque con una participación limitada al 1% de los practicantes. Esto contrasta con la afirmación de Som¹⁷ sobre la inclusión del deporte en el Índice de Desarrollo Humano (IDH), sugiriendo que, aunque el softbol contribuye al desarrollo humano, su alcance es relativamente restringido.

El alto grado de compromiso y dedicación requeridos en el softbol de alto rendimiento plantea desafíos significativos. Los atletas se enfrentan a un entrenamiento intensivo y a una rutina que limita su vida social y familiar, lo que se alinea con las advertencias de Fontes y Brandão²⁰ sobre los riesgos del ambiente competitivo. Sin embargo, a pesar de estas demandas, los atletas desarrollan una mentalidad resiliente y disciplinada, beneficiosa tanto en el ámbito deportivo como en otros aspectos de su vida.

El apoyo familiar emerge como un factor crucial para superar los retos del deporte de alto rendimiento. La investigación revela que, a pesar de las dificultades y el cambio de prioridades, el apoyo familiar es esencial para el éxito en el softbol. Esta dinámica refleja la importancia de la red de apoyo familiar, subrayada en estudios anteriores como los de Nuñez et al.¹⁵, que enfatizan la importancia del entorno social y familiar en el desarrollo de competencias y autoestima en jóvenes atletas.

La discusión destaca la necesidad de un enfoque más holístico en el desarrollo del deporte de alto rendimiento en Perú. Si bien el softbol proporciona oportunidades significativas para el desarrollo humano, los desafíos inherentes al alto rendimiento requieren una atención cuidadosa a las necesidades de los atletas en términos de apoyo social, educativo y familiar. En este contexto, la Federación Deportiva Nacional Peruana de Softbol (FDNPS) y las instituciones educativas tienen un papel clave que desempeñar para garantizar que los atletas puedan perseguir sus aspiraciones deportivas sin sacrificar su bienestar general y desarrollo personal.

En conclusión, el deporte de alto rendimiento en Perú, y en particular el softbol, representa un campo complejo y desafiante que requiere un equilibrio cuidadoso entre las demandas deportivas, educativas y personales. La comprensión y el apoyo de las familias y las comunidades son cruciales para facilitar el éxito de los atletas en este entorno competitivo.

Impacto sociocultural del softbol

Según lo referido por las atletas y los entrenadores el softbol en Perú se destaca por su capacidad de inclusión social y diversidad. A diferencia de otros deportes más dominantes, el softbol ha logrado atraer a atletas de variados orígenes socioeconómicos, especialmente de zonas vulnerables. Esta característica del softbol se alinea con la observación de Som¹⁷ sobre la inclusión del deporte en el IDH y su potencial para mejorar la calidad de vida. Sin embargo, la participación aún sigue siendo limitada, lo que sugiere la necesidad de ampliar la accesibilidad y el alcance del softbol.

El softbol contribuye significativamente al desarrollo de valores y disciplina entre sus practicantes. Los atletas adquieren habilidades como la cooperación, comunicación, respeto, y tolerancia, fundamentales en su crecimiento personal y profesional. Esta formación en valores es crucial, especialmente en un país como Perú, donde la participación en actividades deportivas es relativamente baja⁵. Estos valores, además, son transferibles a otros ámbitos de la vida, mejorando la empleabilidad y el desarrollo personal, como sugieren estudios de Hekmati et al.⁸ y Keane et al.⁹.

Las atletas y los entrenadores coinciden en que el softbol es un vehículo para el empoderamiento femenino y la reducción de brechas de género en Perú. A través de este deporte, las mujeres han encontrado una plataforma para su auto realización y empoderamiento, lo que representa un paso importante hacia la equidad de género. Esta observación es consistente con los informes del WEF^{6,7}, que señala la necesidad de mejorar la participación de las mujeres en diversos sectores, incluyendo el deporte.

El softbol fomenta habilidades sociales y responsabilidad en sus practicantes. Los jugadores aprenden a manejar situaciones de presión y a tomar decisiones importantes, habilidades que son valiosas tanto dentro como fuera del campo de juego. Este aspecto resalta la multifacética contribución del softbol al desarrollo humano, más allá de la simple práctica deportiva.

Consecuentemente, el softbol en Perú, más que un deporte, es una herramienta para el desarrollo humano integral. Su impacto va más allá del ámbito deportivo, incidiendo en la inclusión social, el empoderamiento femenino, y el desarrollo de valores y habilidades esenciales. Sin embargo, para maximizar este impacto, es crucial superar las limitaciones de accesibilidad y promover una mayor participación.

Limitaciones del estudio

La muestra de diez participantes limita la generalización de los resultados a toda la población de softbol en Perú, particularmente porque no reflejaría completamente la diversidad geográfica y cultural del país. Además, el diseño de la metodología, del Análisis Fenomenológico Interpretativo (AFI), introduce una cierta subjetividad en la interpretación de los datos, y los relatos personales recogidos pueden estar influenciados por sesgos de deseabilidad social. Finalmente, los hallazgos están condicionados por el contexto político, económico y social actual en Perú, y podrían no ser aplicables en un futuro cambiante.

Estas limitaciones sugieren precaución en la aplicación de los resultados, no obstante, esta investigación, de enfoque cualitativo, abre caminos para futuras investigaciones en áreas como el impacto de otros deportes en el desarrollo humano en Perú, el papel de los factores culturales en el empoderamiento a través del deporte, los riesgos del deporte competitivo, el rol del entorno familiar en los deportistas y las diferencias de género en el acceso y beneficios del deporte de alto rendimiento, lo que permitiría una mejor comprensión del empoderamiento que ofrece la práctica deportiva.

Conclusión

Este estudio evidencia que el softbol en Perú es un medio efectivo para el empoderamiento femenino, influenciando positivamente el desarrollo humano y enfrentando los desafíos socioculturales y estructurales. Según las atletas, junto con los profesionales del deporte, en la actualidad el softbol es una plataforma para superar barreras socioeconómicas y promover cambios socioculturales significativos, como en la calidad de vida y el crecimiento profesional, aunque persiste la necesidad de un apoyo institucional más robusto, a través de políticas públicas de fomento del deporte competitivo, para maximizar estos beneficios y asegurar su sostenibilidad.

Bibliográficas

1. Odebo [Internet]. Colombia; c2022. Medallería por deporte - XIX Juegos Bolivarianos Valledupar 2022 [citado 30 de setiembre de 2023]. Disponible en: <https://www.bolivarianosvalledupar.com/medalleria/>.
2. Panam Sports [Internet]. Chile; c2023. Medallero - Juegos Panamericanos Santiago 2023 [citado 10 de diciembre de 2023]. Disponible en: <https://results-santiago2023.org/#/medals/standings/ALL>.
3. El Peruano [Internet]. Lima; c2023. Lanzada al éxito: María Pizarro es una de las más brillantes exponentes del softbol nacional [citado 31 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://www.elperuano.pe/noticia/207465-lanzada-al-exito>.
4. United Nations [Internet]. Estados Unidos; c2003. Resolution number 58/5 adopted by the general assembly on 3 November 2003 [citado 17 de marzo de 2023]. Disponible en: <https://undocs.org/en/A/RES/58/5>.
5. CPI [Internet]. Lima; c2021. Encuesta sobre Actividad Física y Hábitos de Vida Saludable [citado 31 de marzo 2023]. Disponible en: <https://www.gob.pe/institucion/ipd/campa%C3%B1as/11524-encuesta-nacional-2021>.
6. WEF [Internet]. Suiza; c2023. Global Gender Gap Report 2023 [citado 9 de diciembre de 2023]. Disponible en: https://www3.weforum.org/docs/WEF_GGGR_2023.pdf.
7. Pérez J, Alonso J, Díaz R. Desarrollo deportivo integral territorial, factor desencadenante hacia resultados competitivos significativos, desarrollo humano y justicia social. En: Directivo al día; 2023; XXII (4); p. 117-145. Disponible en: <http://www.directivoaldia.villaclara.cu/index.php/dad/article/view/160>.
8. Hekmati M, Dinani M, Hosseini R. Designing a model for development of women sports with an emphasis on sports as a social phenomenon : What do we need ? En: Journal of Human Sport and Exercise; 2022; 17(1): p. 105–115. doi: <https://doi.org/10.14198/jhse.2022.171.11>.
9. Keane L, Hoare E, Richards J, Bauman A, Bellew W. Methods for quantifying the social and economic value of sport and active recreation: a critical review. En: Sport in Society; 2019; 22 (12): p. 2203–2223. doi: <https://doi.org/10.1080/17430437.2019.1567497>.
10. Downward P, Hallmann K, Rasciute S. Exploring the interrelationship between sport, health and social outcomes in the UK: Implications for health policy. En: Eur J Public Health; 2018; 28(1): p. 99–104. doi: <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckx063>.
11. Gau L, Duong P, Kim J. Parallel Leisure Sport Activities Diversity with Economic, Social and Human Development Indicators. En; Soc Indic Res; 2022; Vol. 164: p. 1403-1425. doi: <https://doi.org/10.1007/s11205-022-02997-4>.

12. Pawlowski T, Schüttoff U, Downward P, Lechner M. Can Sport Really Help to Meet the Millennium Development Goals? Evidence From Children in Peru. En: *Journal of Sports Economics*; 2018; Vol. 19: p. 498–521.
13. Gomes-Sentone R, Lopez-Gil J, Caetano C, Cavichioli F. Relationship between human development index and the sport results of Brazilian swimming athletes. En: *Journal of Human Sport and Exercise*; 2019; 14: p. S2009-S2018. doi: <https://10.14198/jhse.2019.14.Proc5.22>.
14. Toyama M, Godoy-Casasbuenas N, Olivar N, Brusco L, Carbonetti F, Diez-Canseco F, Gómez Restrepo C, Heritage P, Hidalgo-Padilla L, Uribe M, Steffen M, Fung C, Priebe S. Identifying resources used by young people to overcome mental distress in three Latin American cities: A qualitative study. En: *BMJ Open*; 2022; 12(8): p. 1-9. doi: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2021-060340>.
15. Nuñez P, Portela-Pino I, Martínez-Patiño M. Understanding the Characteristics of at-Risk Youths in Guatemala: Evidence from a Sports for Human Development Program. En: *Children*; 2023; 10(1);134: p. 1-14. doi: <https://doi.org/10.3390/children10010134>.
16. Nery M, Sequeira I, Neto C, Rosado A. Movement, Play, and Games—An Essay about Youth Sports and Its Benefits for Human Development. En *Healthcare (Switzerland)*; 2023; 11(4): p. 1-17. doi: <https://doi.org/10.3390/healthcare11040493>.
17. Som C. Building a case for incorporating sport as an indicator in human development index. En: *Sport Sci Health*; 2023; 19: p. 177–184. doi: <https://doi.org/10.1007/s11332-022-01017-9>.
18. Feito Y, Heinrich K, Butcher S, Carlos Poston W. High-intensity functional training (Hift): Definition and research implications for improved fitness. En: *Sports*; 2018; 6(3): p. 1-19. doi: <https://doi.org/10.3390/sports6030076>.
19. Rodríguez R, Seré C. Deporte de alto rendimiento, política y Estado: notas para un debate. En: Mora M. editores. *Deporte y Sociedad: Encontrando el futuro de los estudios sociales y culturales sobre deporte*; 2019; p. 261–269.
20. Fontes R, Brandão M. A resiliência no âmbito esportivo: uma perspectiva bioecológica do desenvolvimento humano. En: *Motriz: Revista de Educação Física*. 2013; 19(1): p. 151–159. doi: <https://doi.org/10.1590/S1980-65742013000100015>.
21. UNDP [Internet]. Estados Unidos; c2021. Human Development Reports 2021. Human Development Index (HDI) [citado 25 de setiembre de 2023]. Disponible en: <https://hdr.undp.org/data-center/human-development-index#/indicies/HDI>.
22. Biggeri M, Mauro V. Towards a more ‘Sustainable’ Human Development Index: Integrating the environment and freedom. En: *Ecol Indic*; 2018; 91: p. 220–231. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ecolind.2018.03.045>.

23. Assa J. Less is more: The implicit sustainability content of the human development index. En: Ecological Economics; 2021; 185:107045. doi: <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2021.107045>.
24. Duque H, Aristizábal E. Análisis fenomenológico interpretativo. En; Pensando Psicología; 2019;15(25): p. 1–24. doi: <https://doi.org/10.16925/2382-3984.2019.01.03>.

Conflicto de intereses: No hay

Financiamiento: Financiado en su totalidad por el autor.