

¿Qué percibe un docente de un alumno patologizado?

Autores: Aparicio Damian Nicolas, UNLP, damiancito77@gmail.com

Bongiovanni Mariana Soledad, UNLP, marbongiovanni22@gmail.com

Abstract. El siguiente escrito tiene por objetivo dar cuenta de todas las temáticas posibles de abarcar, para que puedan repensar y replantear los docentes de educación física respecto a su profesión a la hora de articularla con un proyecto de extensión, vinculado a la facultad de Humanidades y Ciencias de la educación, institución perteneciente a La Universidad Nacional de La Plata. Dicho proyecto está destinado a sujetos caracterizados por poseer patologías psicológicas y psiquiátricas buscando realizar ejercicios de bajo impacto y aprender cómo mejorar no solo la postura, sino su bienestar físico, social y emocional. Presupone, a su vez, la deconstrucción propia de la mentalidad y los pensamientos que nos incumben como docentes de dicha disciplina.

Palabras clave: educación física, proyecto de extensión, patologías, bienestar.

Proyecto de extensión.

La Universidad Nacional de La Plata, en su búsqueda constante por transformar la realidad social y cultural, se ha comprometido firmemente con el desarrollo tecnológico y comunitario, promoviendo la construcción colectiva de conocimientos y persiguiendo el mejoramiento de la calidad de vida de la sociedad en general. Es en este espíritu de colaboración y compromiso social que el proyecto de extensión en la sede de Ringuelet se erige como una muestra palpable de la misión de la universidad de contribuir al bienestar y la inclusión de los ciudadanos.

A través de la Secretaría de Extensión Universitaria, se ofrecen diversas oportunidades para que los equipos de extensión presenten programas, proyectos y actividades en estrecha colaboración con las facultades. De esta manera, se establece un espacio de intercambio de saberes y experiencias entre la academia y la sociedad, donde se fomenta el diálogo, la toma de decisiones informadas y la formación de opiniones fundamentadas.

El proyecto de extensión en la sede de Ringuelet constituye un destacado ejemplo de la integración y el compromiso social ejercidos por la Universidad Nacional de La Plata.

Mediante la estrecha colaboración con un reconocido hospital de la ciudad de La Plata y la participación de pacientes psiquiátricos referidos por este último, se persigue la generación de un impacto positivo en el ámbito de la salud mental mediante la realización de ejercicios físicos que comprenden el trabajo no solo de las habilidades sino de las capacidades a trabajar para que se puedan re-vincular con sus cuerpos.

Una de las primeras temáticas que hemos podido apreciar a simple vista; es la falta de educación corporal tanto de las posturas como en los cuidados del mismo (retomando y haciendo referencia con lo explicitado anteriormente respecto a la educación física y la higiene).

Para lograr esta reeducación o re-vinculación hemos pactado entre docentes comenzar con clases de ejercicios posturales y de fuerza, dentro de la gimnasia, para dar inicio a lo que en un futuro los llevará a gozar de una mejor calidad de vida. No fue difícil encontrar desequilibrios, tensiones, inhibiciones musculares puesto que algo que comprobamos que tienen en común los sujetos patologización es la falta de actividad física y, por supuesto, las posiciones pertinentes para realizarla o para las actividades de la vida cotidiana.

Con estas dos últimas menciones hemos caracterizado otras temáticas que también la educación física ha podido acompañar en este trayecto, hablamos no solo de la falta de vínculo corporal, sino la falta de socialización con otros. A lo largo de las clases se destaca que todos los alumnos pertenecientes al taller de Gimnasia postural y movimiento (nombre asignado al taller) los integrantes han comenzado a generar vínculo como grupo, logrando llegar a saludarse en los pasillos del hospital.

Cabe preguntarse ¿por qué no se saludaban antes? ¿porque no tenían vínculo con el otro?, es en este punto que llegamos a reflexionar acerca del poder que tienen los discursos sobre los sujetos ¿porque? consideramos, a raíz de lo charlado o lo que los mismos alumnos trae clase a clase, que han sido tristemente desvalorizados una y otra vez por una sociedad que no lo comprende, un lugar al cual sienten que no tienen lugar.

No creemos pertinente continuar ahondando en este aspecto, puesto que podríamos escribir de él en otro momento y abocarse a tal tema poniendo toda nuestra atención; pero en referencia al discurso si queremos destacar la importancia y el impacto que este puede llegar a tener sobre los sujetos, para ello referimos a la siguiente frase:

Es necesario concebir el discurso como una violencia que se ejerce sobre las cosas, en todo caso como una práctica que les imponemos; es en esta práctica donde los acontecimientos del discurso encuentran el principio de su regularidad. (Foucault, 1996, p. 53)

optamos por seleccionar esta frase por su percepción acerca del discurso, y algo que sentimos muy cercano a ellos que es la violencia (de todo tipo). Este taller nos ha llevado a encontrarnos con realidades de personas que no tienen palabras para poder reprochar o quejarse cuando sienten alguna falta violenta contra ellos puesto que los pusieron en ese rol. Un rol de monstruos que no debería existir, tildándolos como violentos por rebelarse en contra quien ejerce violencia contra ellos; en una ocasión uno de los sujetos nos ha comentado que hasta se lo ha mirado mal por ser paciente psicológico y psiquiátrico del hospital, siempre se le ha marcado su incapacidad de no poder hacer cosas tales, como por ejemplo barrer, dado a su condición.

En otro caso hemos observado cómo la misma familia es la propia propiciadora de estos actos de anular las capacidades del sujeto asegurando que son incapaces de hacer algo o incluso llevándolos a la comparación con personas catalogadas/rotuladas/etiquetadas como “normales” según la sociedad.

Volvemos a mencionar nuevamente la función de una educación física apoyada en nociones higiénicas porque comprendemos necesario y fundamental que ésta prevalezca clase a clase a raíz de lo observado para gestar en los alumnos el cuidado, limpieza y mantenimiento no solo de los materiales, sino que ello pueda ser trasladado a sus cuerpos, al día a día, a su entorno, hogares y familia.

¿Qué hacemos como docentes ante estas problemáticas? Sencillamente pensamos en dar clases, sin necesidad de que las mismas deban adaptarse a una condición mental, sino que, simplemente nos abocamos al trabajo corporal, social y emocional también, buscando que la educación física también pueda ayudar en estas temáticas que hemos destacado, ¿como? Es fundamental considerar los beneficios de asignar responsabilidades a los horarios de las clases, especialmente en casos donde los estudiantes estén bajo medicación que pueda generar somnolencia. La responsabilidad de ajustar los horarios de las clases para adecuarse a los momentos de mayor alerta y energía de los estudiantes puede tener un impacto significativo en su participación y rendimiento en la educación física.

Es importante tener en cuenta que algunos estudiantes pueden experimentar somnolencia debido a la medicación que ingieren, lo que podría afectar su capacidad para participar plenamente en las actividades físicas durante el horario escolar tradicional. Permitir que estos estudiantes realicen actividades físicas fuera del horario y día de la clase podría ofrecerles la oportunidad de participar de manera más efectiva y cómoda, maximizando los beneficios de la educación física.

La adaptación de los horarios también puede beneficiar a los estudiantes que enfrentan dificultades para concentrarse o participar activamente durante ciertas horas del día debido a factores individuales. Al permitir que los estudiantes tengan cierta responsabilidad en la gestión de sus horarios de educación física, se fomenta la autonomía y se promueve la toma de decisiones informadas sobre cuándo y cómo participar en las actividades físicas.

A lo largo de las clases, se ha constatado la presencia de diversos factores condicionantes, tales como acortamientos musculares e inhibiciones, entre otros. No obstante, cabe destacar que ha sido perceptible el surgimiento de un dinámico proceso de interacción y cohesión grupal. Inicialmente los participantes presentaban limitada interrelación entre sí, situación que ha evolucionado de manera gradual a medida que avanzan las clases.

Este proceso ha culminado en la asignación de roles y responsabilidades específicas, destacando la emergencia de los puntos fuertes, o fortalezas de cada uno. En este sentido, uno de los participantes desempeñó la función de seleccionar y presentar la música que ambientaba las clases. A medida que la interacción se afianza, la comunidad de estudiantes ha comenzado a solicitar y sugerir melodías, observándose así un sentido de colaboración y co-creación.

Adicionalmente, un miembro del grupo ha sido designado para llevar un registro riguroso de las series y repeticiones ejecutadas por todos los participantes. Como resultado, el ritmo y desarrollo de las actividades se sincroniza con la cuenta de esta persona, generando una unificación de la dinámica de clase.

Otro sujeto ha asumido la función de reconocer y celebrar los logros individuales y colectivos, enriqueciendo la experiencia de aprendizaje. Es pertinente resaltar que esta experiencia no ha sido fortuita, sino que corresponde a la construcción gradual de un ambiente inclusivo y afectivamente enriquecedor. La educación física, con sus contenidos y enfoques, ha funcionado como instrumento catalizador, posibilitando la restauración de vínculos no solo con el propio cuerpo, sino también con el entorno social circundante.

Noción de Ed. Física y Salud

Como alumnos de la Universidad, quienes escribimos, hemos tomado la decisión de llevar nuestra profesión a un nuevo espacio propuesto por la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación; a tal fin de brindar clases extendiendo a la comunidad los conocimientos adquiridos en la institución por parte del cuerpo docente, no docente y estudiantes de la universidad centrándose la propuesta, en este caso a sujetos pertenecientes al área de salud mental (pacientes ambulatorios según los denomina la institución a la que asisten) de un reconocido hospital de la ciudad de La Plata.

En el trayecto de lo recorrido en dicho taller hemos logrado visualizar determinados factores en los sujetos, a los cuales creemos que la educación física no puede, ni debe, hacer a un lado. Por ello comenzamos con el interrogante:

¿Qué es la Educación Física? Como disciplina educativa, busca una enseñanza integral para personas a través de ejercicios y actividades físicas. Su enfoque abarca aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales, con el propósito de promover un estilo de vida activo y saludable, mejorando habilidades motoras y capacidades socioafectivas. Valores como el respeto, cooperación e inclusión se fomentan mediante actividades deportivas y recreativas, así como la adquisición de hábitos saludables y la prevención de lesiones sin que ello implique o requiera que la misma se desentienda de los demás aspectos de vida del sujeto. Su principal propósito se destaca en la enseñanza del cuidado corporal tanto personal como socialmente, ello implica que por medio de estas prácticas se mejoren tales aspectos para acompañar tales propósitos ¿Por qué la educación física no puede verse desentendida de todos los aspectos que comprenden al sujeto? Pues hemos comprendido esa pregunta como un disparador para mejorar algunas condiciones del taller; por ejemplo, la higiene. Constatamos que los sujetos carecen de la comprensión necesaria del hábito higiénico en la vida cotidiana por lo que hemos desarrollado pautas para comenzar a apropiarse de esta concepción del cuidado higiénico del cuerpo surgido a raíz de lo observado y destacado como aspecto a trabajar luego de los informes comentados entre docentes, con la idea de ser trasladada al día a día, en nuestras clases hemos optado por abordarla desde la limpieza de la manos con jabón y alcohol en gel cuando llegan a las clases, que puedan visualizar la limpieza previa a la utilización de materiales, y pensar junto con los docentes propuestas que propicien esta práctica higiénica y saludable.

Queremos dejar por sentado que cuando hablamos del concepto de lo saludable no lo hacemos en torno a la higiene sino a los diversos factores que la componen, por ello creemos necesario preguntarnos: ¿Qué es la salud?

La salud es un estado de bienestar físico, mental y social en el cual un sujeto es capaz de funcionar y desarrollarse muscular y orgánicamente de manera óptima. Se trata de un concepto amplio que abarca no solo la ausencia de enfermedad, sino también la capacidad de adaptarse y enfrentar los desafíos diarios, mantener un equilibrio emocional y social, y disfrutar de una buena calidad de vida.

Desde una perspectiva física, la salud implica tener un cuerpo libre de enfermedades y lesiones, así como gozar de un funcionamiento adecuado de los sistemas y órganos. Incluye mantener un peso corporal saludable, tener una alimentación equilibrada, realizar actividad física regularmente y evitar hábitos perjudiciales como el consumo de tabaco, el abuso de alcohol o el uso de drogas (Por su parte, la salud mental es un componente fundamental de la salud en general). Además, la salud tiene una dimensión social importante, la cual también desarrollaremos, en menor medida, a lo largo del escrito presente para destacar lo que hemos observado. Se refiere a la capacidad de interactuar y relacionarse de manera satisfactoria con otras personas, formar parte de una comunidad y tener un entorno social que promueva el bienestar. Esto implica tener acceso a servicios de salud, vivienda adecuada, educación, empleo y condiciones de vida seguras y saludables.

Es importante destacar que la salud es un objetivo individual y colectivo, y que su mantenimiento y promoción requieren de acciones y políticas a nivel personal, comunitario y gubernamental. Esto incluye la adopción de estilos de vida saludables, la prevención de enfermedades, el acceso a servicios de salud de calidad y la creación de entornos que fomenten la salud.

Consideraciones finales:

Tras un año y medio del funcionamiento del taller queremos dejar en claro que este escrito pretende poder seguir ahondando, en un futuro, en cada una de los aspectos observados para continuar trabajando con estos sujetos con patologías y seguir promoviendo su bienestar dentro del marco del aporte universitario ante la transmisión de saberes que propicien el cuidado de una sociedad que claramente necesita de la función, o mejor dicho, el rol del profesor de Educación Física.

Referencia Bibliográfica

Foucault, M. (1996) El orden del discurso. Ed. La piqueta. Madrid