UCA

Derecho y Management del Deporte FIFA – CIES. Sexta Edición

María Teresita Axmann
Evangelina Tosello
Laura Macchiotti

Noviembre 2009

Índice

1. Introducción
   1.1 Executive Summary (English)
2. La pobreza como situación de Depravación y Estrés
3. Resiliencia la palabra clave
   3.1. Los Pilares de la resiliencia
   3.2. Los ingredientes básicos
4. Beneficios del deporte y su relación con la resiliencia
5. Fortalecer la resiliencia durante el ciclo de vida a través del deporte
6. El rol del deporte en el desarrollo y rehabilitación
7. Potenciando la resiliencia a través del deporte
8. Construir resiliencia en la tercera edad
   8.1. Creando Emociones Positivas a través del deporte
9. Los Proyectos sociales sustentables
10. El desafío- Tejer redes de información
11. La importancia de los medios y las redes sociales
12. Internet, la red social por excelencia
13. Poniendo el primer ladrillo http://www.esenciadeldeporte.org
14. Voces Autorizadas
    - Proyecto Virreyes
    - Stick for India - Hockey para la Inclusión social
    - Golf en medio de la pobreza
    - El Karateca Medina- Knock-out al pasado
    - El Fútbol Callejero (Street Football)
    - Liga Nacional de Fútbol Callejero
    - Red Sudamericana de Fútbol Callejero
    - Red streetfootballworld
    - Football for Hope, Programa FIFA
    - Un equipo local participará en el Mundial de los “homeless”
    - Coca-Cola - Programa Dale Juguemos
    - Ganarle al encierro “ Fénix Rugby Club es el primer equipo de rugby de presos de América del Sur”
    - En Puerto Libre, los abuelos prolongan su juventud

15. Glosario
16. Bibliografía

Una nueva oportunidad: Construir resiliencia a través del deporte

Introducción

El Contexto

Existe una preocupación creciente a nivel internacional, respecto de la crítica situación de pobreza y de sus efectos especialmente deterioradores, tanto sobre la salud física, como mental de las personas.

Cada día aumenta el número de niños, niñas, adolescentes, adultos y ancianos que se gestan, nacen, viven y mueren en la pobreza, el analfabetismo, el desempleo y la violencia; en condiciones de **adversidad psicosocial severa.**

En Argentina, son 6.7 millones los jóvenes[1] –entre 15 y 24 años de edad— en situación de pobreza que están en grave riesgo. Más de 2 millones de jóvenes ya se ha involucrado en conductas de riesgo, y otro millón está expuesto a factores de riesgo relacionados a eventuales conductas de riesgo. El 8.5% de los niños de 7-14 años trabajan exclusivamente.

Las consecuencias de estas conductas de riesgo —deserción escolar, embarazo precoz enfermedades de transmisión sexual, adicciones, encarcelación, violencia, desempleo y exclusión social—hace difícil la transición del joven al mundo adulto, imponiendo altos costos a los individuos y a la sociedad.

Son numerosos los instrumentos internacionales, que intentan erradicar la pobreza; en septiembre de 2000 en la **Cumbre del Milenio** de las Naciones Unidas se establecieron los "Objetivos de desarrollo del Milenio" (ODM), ocho ambiciosos objetivos que se intentan alcanzar para 2015 y uno de los principales desafíos planteados es lograr el **Objetivo 1: "Erradicar la pobreza extrema y el hambre"**

Pero, para que el objetivo de **"eliminar la miseria"** en materia de desarrollo humano y social en la sociedad argentina sea algo más que una expresión de deseo, es necesario emprender estrategias para su corrección. En este camino, la superación de los problemas de déficit en materia de desarrollo humano implica no sólo la necesidad de construir consensos sociales sino también una intervención sistémica, en el sentido de un claro esfuerzo político institucional, así como el compromiso activo y permanente de los sujetos sociales. En este sentido, la práctica cotidiana de los actores debe estar enfocada y comprometida en la búsqueda activa de la solución de los problemas que afectan a toda la sociedad.[2]

[1] Informe Banco Mundial 2008
[2] Barómetro de la Deuda Social Argentina 2008 - UCA

Enfrentar la adversidad

Estudios de “factores de riesgo” de pobreza, han revelado que, indistintamente de las situaciones de riesgo y carencias a las que están sometidas algunas personas, sus comportamientos y actitudes son “reactivas” frente a estas, construyendo positivamente sobre ellas, adquiriendo una adecuada “calidad de vida” y la aceptación social

Este fenómeno se ha llamado "resiliencia"[3].Hoy podemos afirmar que las vidas de estos jóvenes no están predeterminadas por sus experiencias de infancia: **la resiliencia les otorga una nueva oportunidad.**

[3] **La resiliencia** se define como la capacidad humana de salir fortalecido ante la adversidad (Silber, Maddaleno).

A new opportunity: Building resilience through sport

Executive Summary

The Context

There is a growing worldwide preoccupation regards the critical poverty situation and its deterioration effects on people's physical and mental health.

Every day the number of boys, girls, teenagers, grownups and aged people who are gestated, born and live and die in poverty rises.

Illiteracy, unemployment and violence are conditions of severe psychosocial adversity.

In Argentina, there are 6.7 million young people[4] between the ages of 15 and 24, living in poverty, and who are in a severe risky situation. More than 2 million are exposed and have already been involved in risky behaviours, and another million are exposed to risks related to eventual risky behaviours. The 8.5% of the children aged between 7 and 14 exclusively work.

The consequences of these risky behaviours, such as school desertion, adolescent pregnancy, sexually- transmitted diseases, addictions, incarceration, violence, unemployment and social exclusion make young people's transition to the adult world very difficult, imposing large costs on individuals and society.

There are numerous international instruments trying to eradicate poverty; On September of the year 2000, in the **Millennium Summit** of the United Nations, the "*Millennium* Development *Goals* (MDGs)" were established; eight ambitious goals attempted to achieve for 2015, and number one challenges is**: "To eradicate extreme poverty and hunger"**

But, to **"eradicate misery"** in matter of the human and social development of the Argentinean society, meaning something more than an expression, it is necessary to set out strategies for its correction. In this way, the overcome of these issues, regarding the deficit of human development matter implicates not only the need of building new social consensus, but also a systematic intervention, in the sense of a clear institutional political effort, as well as an active and permanent commitment of the social subjects.

In this sense, the daily practice of the actors must be focalized and engaged in the active search of a solution for these problems, which happen to affect to the whole society.[5]

[4] World Bank report, 2008
[5] Barometer of the Argentinean Social Debt 2008 – UCA

Facing adversity

Recent studies of "risk factors" related to poverty, have revealed that indistinctively of the risky situations and the shortcoming to which some people are submitted, their behaviours and attitudes are "reactive", building positively towards these and acquiring an adequate "quality of life" and social acceptation.

This phenomenon has been named "Resilience[6]", and today we can confirm that the lives of these young people are not predetermined by their experiences of their childhood: resilience gives them a new opportunity.

[6] Resilience is the positive capacity of people to cope with stress and adversity. This coping may result in the individual "bouncing back" to a previous state of normal functioning, or using the experience of exposure to adversity to produce a "steeling effect" and function better than expected.

La Pobreza como situación de Deprivación y Estrés

La pobreza ha sido descripta como una condición especialmente generadora de dolor y estrés. Diversos autores la sitúan en la misma línea que el vivir con padres que presentan patologías mentales severas como la esquizofrenia, o bien con padres que sufran de otros cuadros de alteraciones psicopatológicas (Fonagy et al., 1994). Otros autores (Sameroff y Seifer, 1990), señalan que la pobreza, o bien el pertenecer a grupos minoritarios, significa estar expuesto a situaciones que provocan un mayor deterioro que el hecho de ser criado por una madre con alteraciones psicopatológicas graves. Agregan que la situación que genera un mayor daño, es aquella en la cual están presentes tanto la pobreza como la patología mental.

Los niños pobres y sus familias están expuestos, a menudo, a condiciones precarias que atentan contra la salud mental y física. Como es, por ejemplo, el hecho de que estas personas frecuentemente deben habitar en lugares de alta densidad poblacional, lejos de los centros urbanos y de mayor contaminación ambiental, dada la falta de lugares adecuados donde depositar la basura, y la escasez de áreas verdes. Además, el vivir en lugares húmedos y sucios, el hacinamiento, la falta de espacio, la preocupación de que los niños jueguen en lugares inseguros, el riesgo de salir de noche, con calles mal iluminadas y la irregularidad del transporte público. Lo mencionado señala Blackburn (1991), deriva en conductas de aislamiento, incertidumbre y sensación de vulnerabilidad.

De acuerdo a Blackburn (1991), para muchas de las familias que viven en condiciones de pobreza, los sentimientos de culpa y la preocupación son vivencias cotidianas. La dificultad para satisfacer las necesidades básicas gatilla en los padres estos sentimientos, al verse fracasados en su rol de proveedor(a) y/o administrador(a). Es frecuente que deban trabajar horas extraordinarias para aumentar sus ingresos o tener dos jornadas, como es el caso de las mujeres que trabajan fuera del hogar.

Esta condición puede afectar la estabilidad y buen desarrollo de las relaciones familiares.

Algunos autores señalan que, en muchas ocasiones, las reacciones de los padres que viven en pobreza, condicionan en forma importante la calidad de vida de sus hijos. Si estas reacciones son punitivas, las relaciones padre-hijo se deterioran aumentado la probabilidad de que los niños desarrollen problemas socio emociónales, síntomas psicosomáticos; además, de reducir sus aspiraciones y expectativas.[7]

De acuerdo a Fergusson et al. (1994), existe creciente evidencia en torno a la asociación que se presenta entre problemas conductuales y de salud mental en la adolescencia y las características de la infancia, la familia y el estilo parental. A su vez, señalan, se ha podido observar que los niños que están en mayor situación de riesgo son aquellos que se ven enfrentados a una acumulación de circunstancias adversas, tales como dificultades económicas, situación de pobreza, enfermedad mental de alguno de los padres, prácticas de crianza inconducentes a su desarrollo, o bien, abuso y conflictos familiares.

[7] (McLoyd, 1989, en Garrett., 1994).

En este mismo estudio, los autores mencionados constataron que aquellos niños y niñas que se encontraban dentro del 5% más pobre de la población, tenían una probabilidad cien veces mayor de llegar a ser adolescentes con problemas múltiples, al ser comparados con los que se ubicaban en el 50% más aventajado del grupo.

Sameroff et al. (1987 en Bradley et al., 1994), han mostrado evidencias empíricas en la dirección de que el nivel socioeconómico bajo, va acompañado frecuentemente con una proliferación de riesgos en los planos psicológico y social. Agregan que, es la acumulación de estos factores la que produce morbilidad en una variedad de dominios.

De acuerdo a Bradley et al. (1994), los niños pequeños son particularmente susceptibles a los efectos adversos de la pobreza y por tanto, están más expuestos a la combinación de factores de riesgo. Esta combinación puede ser efecto de una habilidad restringida de parte del sistema nervioso para protegerse tanto de abusos tóxicos [toxic insults], como de la desnutrición, además de un limitado repertorio de habilidades para obtener recursos y servicios, falta de confianza en el medio y en aquello que éste puede ofrecer de forma de satisfacer las necesidades propias, la supresión de un sentido de autoeficacia, o bien, otras combinaciones que se puedan producir a partir de lo mencionado. Los autores comentan que, tanto el estrés crónico como un contexto material y psicológico empobrecido que con frecuencia caracteriza los ambientes de pobreza, se combinan sinérgicamente en una forma tal que resulta perjudicial para los menores.

La literatura muestra evidencias empíricas respecto de los efectos deterioradores de la pobreza. Conjuntamente con esta afirmación, aparece con recurrencia la pregunta respecto de qué es aquello que caracteriza a las personas que a pesar de la experiencia vivida, muestran competencia funcional en su vida cotidiana, sea temporalmente en su desarrollo o durante todo éste.[8]

Según este autor, el objetivo de los estudios en este plano, radica tanto en la búsqueda de los atributos personales como en los procesos que lo subyacen y que posibilitan una adaptación positiva a la deprivación, así como, a circunstancias amenazadoras.

Rutter (1993) señala que, el reconocimiento de que existen diferentes reacciones frente a situaciones equivalentes, como evidencia el hecho de que se observen comportamientos resilientes al interior de grupos en pobreza, se posibilita en tanto la mirada de los estudios descanse más que en las tendencias grupales, en las diferencias individuales que presentan las personas. Es así como, Garmezy (1993) sostiene que la variabilidad que se observa en los comportamientos de los niños que han sido criados en pobreza, como en otras situaciones estresantes (desempleo o divorcio de padres), ha permitido avanzar en los esfuerzos por comprender los factores que afectan su capacidad de adaptación.

[8] (Garmezy, 1993).

Resiliencia ¿Palabra Clave?

Resiliencia tiene su origen en el idioma latín[9], en el término *resilio*[10] que significa volver atrás, volver de un salto, resaltar, rebotar. El término fue adaptado[11] a las ciencias sociales para caracterizar aquellas **"personas que, a pesar de nacer y vivir en situaciones de alto riesgo, se desarrollan psicológicamente sanos y exitosos"** (Michael Rutter, 1993).

En la resiliencia se distinguen dos componentes, **la resistencia frente a la destrucción,** proteger la propia integridad bajo presión y **la capacidad para construir un conductismo vital positivo** pese a circunstancias difíciles[12] , incluyendo además la capacidad de una persona o sistema social de enfrentar adecuadamente las dificultades en una forma **socialmente aceptable.**

Según especialistas en salud se abre un abanico de posibilidades, en tanto enfatiza las fortalezas y aspectos positivos, presentes en los seres humanos. Más que centrarse en los circuitos que mantienen las condiciones de alto riesgo para la salud física y mental de las personas, se preocupa de observar aquellas condiciones que posibilitan un **desarrollo más sano y positivo.**

La resiliencia se ha caracterizado como un conjunto de **procesos sociales e intrapsiquicos** que posibilitan tener una vida sana, estos procesos tendrán lugar a través del tiempo dándose afortunadas combinaciones entre los atributos de los jóvenes, su ambiente familiar, social y cultural, se trata de un **proceso interactivo** entre estos y su medio y se destaca **el rol activo** de los jóvenes frente a lo que les ocurre.

Es en la **interacción (condición insustituible)** de los atributos personales, los apoyos del sistema familiar y aquellos que provienen de la comunidad, donde se **promueven** comportamientos resilientes. La resiliencia contiene un componente activo, una dinámica existencial. Ser resiliente no significa simplemente rebotar, sino **crecer hacia algo nuevo…**

---

[9] Diccionario Básico Latín-Español/Español-Latín. Barcelona, 1982

[10] En la Enciclopedia Hispánica se define resiliencia como la *resistencia de un cuerpo a la rotura por golpe. La fragilidad de un cuerpo decrece al aumentar la resiliencia.* En español y francés resiliencia se emplea en el campo de la ingeniería civil únicamente para describir la capacidad de un material de recobrar su forma original después de someterse a una presión deformadora. La definición en el idioma inglés del concepto resilience es la tendencia a volver a un estado original o el tener poder de recuperación [to rebound / recoil / to spring back]. En Norteamérica se define como la propiedad que tiene una pieza mecánica para doblarse bajo una carga y volver a su posición original cuando ésta ya no actúa (Enciclopedia Salvat de la Ciencia y de la Tecnología, 1964).

[11] El término resiliencia se adaptó a las ciencias sociales desde la ingeniería, en donde se utilizó para describir los materiales que recobraban su forma original, luego de sufrir las presiones de algún elemento externo.

[12] Vanistendael, 1994

Los pilares de la resiliencia

Diversos estudios han demostrado que ciertos atributos de la persona tienen una asociación positiva con la posibilidad de ser resiliente. [13]

"Los niños y niñas resilientes presentan atributos personales y su funcionamiento psicológico los protege del estrés."[14]

Estos autores, mencionan entre otros: control de las emociones y de los impulsos, autonomía, sentido del humor, alta autoestima (concepción positiva de sí mismo), empatía (capacidad de comunicarse y de percibir la situación emocional del interlocutor), capacidad de comprensión y análisis de las situaciones, moralidad, cierta competencia cognitiva, capacidad de atención y concentración.

Suárez Ojeda y Musnit, han definido como Pilares de la Resiliencia, aquellas características que, desde la niñez, tienen las personas que se demuestran resilientes: Autoestima, Creatividad, Iniciativa, Humor, Autonomía, Empatía, Conciencia Social, Pensamiento Crítico.

Han agrupado a estos pilares en **cuatro componentes** que engloban atributos que están asociados a experiencias exitosas de la vida, considerándolos como elementos básicos para construir los perfiles resilientes

1-**Competencia Social**, estar listo para responder a cualquier estimulo, demostrar empatía y afecto y tener comportamientos prosociales.

2-**Resolución de problemas**, es la habilidad de pensar en forma reflexiva y flexible e intentar soluciones alternativas para problemas cognitivos y sociales.

3-**Autonomía**: sentido de la propia identidad, habilidad para poder actuar independientemente y el control de algunos elementos propios del ambiente.

4 –**Sentido de propósito y futuro**, expectativas saludables, dirección hacia objetivos, orientación hacia la ejecución de los mismos (éxito en lo que emprenda), motivación para los logros, fe en un futuro mejor y sentido de la anticipación y la coherencia.
Distinguen a este último factor como uno de los más poderosos predictores de resultados positivos en cuanto a resiliencia, conjuntamente con el **Sentido del Humor.**

Suárez Ojeda (2004) sostiene que estos perfiles pueden ser **una herramienta útil** en el diseño de proyectos de intervención social en resiliencia.

También se han encontrado condiciones del medio ambiente social y familiar que favorecen la posibilidad de ser resiliente como son la seguridad de un afecto, la relación de aceptación incondicional y la extensión de redes informales de apoyo.

[13] (Suárez Ojeda 2004)
[14] Rutter y Hersov (1985)

El Deporte es un medio social que favorece la posibilidad de ser /estar resiliente, donde se encuentran la seguridad del afecto y la aceptación social. Brindando a todos los que lo practican "Sentido de propósito y de futuro"

Los ingredientes básicos

Para **construir la resiliencia** en el niño y en el adolescente hacen falta algunos ingredientes básicos[15]

> *Personas:* adultos de referencia o un grupo adulto en el que pueda confiar, **una persona que cree verdaderamente en el potencial real del niño y que lo acepte fundamentalmente como persona.**
>
> *Colaboraciones:* un compromiso de la sociedad en la atención a la salud integral del adolescente que atienda las **necesidades materiales de base, como la comida, los cuidados de salud.**
>
> *Programas de Actividades:* **que le den un sentido de pertenencia a un grupo.**
>
> *Lugar:* disponer de lugares de reunión.

Cabe señalar la importancia vital de dos elementos **el vínculo y la palabra.** La resiliencia no se construye sola, sino gracias a fuertes vínculos de afecto que se han tejido a lo largo de la vida. Para Boris Cyrulnik (1999) se trata de **"tricotar**" la resiliencia.

[15] Blum 1997

Beneficios del deporte y su relación con la resiliencia

La educación del movimiento, la actividad física y **el deporte** cualquiera sea su ámbito de aplicación, constituyen una potente herramienta para conseguir la formación integral de los individuos y su práctica promueve, a través del desarrollo de las áreas afectivas y sociales, el aprendizaje y la asunción de valores, actitudes y comportamientos pro-sociales que favorecen la prevención de conflictos y situaciones de riesgo, y una convivencia más pacífica y segura.
La eficacia educativa del deporte y su influencia en la prevención de conductas de riesgo reside en su capacidad de acostumbrar a soportar el esfuerzo, la frustración, el sacrificio y a soportar el aplazamiento de la recompensa.

Se ha señalado al deporte como el mejor elemento para la formación en valores, como herramienta de prevención y como mecanismo de protección de conductas de riesgo en los tiempos libres y de ocio de las personas.

La tarea de los educadores y/o entrenadores y /o dirigentes deportivos, está en descubrir en todos las señales de resiliencia y los recursos que poseen, por más débiles que aparezcan.

Para que se dé el desarrollo integral de la persona, la actividad deportiva se tiene que dar en ciertas condiciones, en un clima apropiado y de gente y profesionales idóneos en el área, que actúen realmente como agentes socializadores.

Fortalecer la resiliencia durante el ciclo de vida a través del deporte

Algo que comparten **el Deporte y la Resiliencia** es que ambos observan aquellas condiciones que posibilitan "el desarrollo sano y positivo" en niños y jóvenes.

Luthar (2000) hace referencia a la idea de que Resiliencia es un proceso que puede ser promovido a lo largo del ciclo de vida, **una persona no "es" resiliente** ya que eso sería referirse a la resiliencia como un rasgo de personalidad o atributo. **La persona "esta" resiliente** y ese estar dependen, entre otras variables, de cómo el medio ambiente favorezca la adaptación positiva. Por lo cual, **fortalecer la resiliencia durante todo el ciclo de vida**, en especial en la niñez y adolescencia, **es de fundamental importancia.**

Los factores de riesgo están presentes en las situaciones de adversidad, y simultáneamente con éstos, se presentan los **mecanismos protectores**, que logran que las personas tengan la posibilidad de revertir, no la situación a la que se ven enfrentadas, sino la "percepción" que tienen sobre ésta y, por tanto, de sobrepasarla. De este modo, la intervención psicosocial de carácter preventivo debería considerar su accionar a través de los **factores externos**[16] en una

[16] Los factores externos son aquellos que ocurren más allá de la persona misma, como son, por ejemplo, las características de la familia en la cual está inserta y la escuela a la cual asiste.

forma integral y considerando la promoción de la resiliencia y de la participación comunitaria.[17]

Si bien la resiliencia se desarrolla básicamente desde el ámbito socio-psicológico, son infinitos los aportes que puede hacerse desde el ámbito educativo-deportivo, cuando consideramos al **deporte como un mecanismo protector externo**.

En la medida en que seamos capaces **de conocer** con mayor profundidad las condiciones bajo las cuales se desarrolla los comportamientos resilientes, será posible generar intervenciones que vayan en la línea de **prevenir, promoviendo y apoyando estas prácticas**.

La resiliencia con su "mirada integradora" debe estar presente de manera explicita en estrategias, objetivos y acciones de todo proyecto social deportivo.

La práctica deportiva y de actividad física es un **instrumento educativo y preventivo** porque favorece el desarrollo de personalidades independientes, sanas, autónomas y responsables a través de la promoción de **valores** como el esfuerzo, la tolerancia, el trabajo en equipo y el respeto a las normas.

El juego y las actividades deportivas (tomando como juego a cualquier movimiento organizado, ejercicio, disputa deportiva o actividad artística) pueden tener un impacto estabilizador en la mayoría de los niños brindando apoyo y propiciando el proceso de resiliencia. Los deportes y los programas de juego psicosociales son un acercamiento relativamente nuevo para ayudar a los niños a manejan la adversidad.

En años recientes, las Naciones Unidas, gobiernos, organizaciones de ayuda, nacionales e internacionales así como corporaciones deportivas han tomado al **deporte psicosocial y los programas de juegos como método de innovación** para abordar numerosos problemas sociales y de salud.

Diferentes **proyectos con el deporte** como marco, han sido ejecutados en una variedad de situaciones

- Post guerra o post conflictos para proveer oportunidades para "la construcción de la paz" entre las partes

- En respuesta a problemas sociales; para proveer oportunidades de reintegración social a niños sin hogar, a niños soldados, o para abordar problemas causados por la pobreza

- En respuesta a pandemias para proveer educación sanitaria, apoyo y servicios

- Luego de desastres para ayudar a restablecer estabilidad social y psicológica

Con respecto a este último punto es importante señalar que durante estas últimas décadas estas constantes situaciones y la acumulación de estas, produjeron un **efecto devastador**

[17] Manual de identificación y promoción de la resiliencia en niños y adolescentes septiembre 1998

sobre las distintas sociedades, condenándolas a condiciones de adversidad psicosocial aun más severas.

Las catástrofes (cualquiera sea su origen) enfrentan a las personas al límite de sus capacidades físicas y psíquicas para sobrevivir como individuos y como sociedad.

Se nos considera una especie que **"surge"** a pesar del inmenso dolor que representa la muerte de los seres queridos, la destrucción del patrimonio formado a través de toda la vida y son innumerables los ejemplos de personas que logran seguir después de perder la vista, el movimiento y se enfrentan a la invalidez y a una existencia diferente.

Así mismo, son muchos los ejemplos de **sociedades** que tras una guerra, un terremoto, un incendio o, un tsunami, pandemias vuelven a rehacerse. Se sabe que es a través de los comportamientos resilientes, que **"las impulsa"** a seguir adelante.

Estas se denominan "comunidades resilientes[18]" son sociedades capaces de soportar y sacar provecho de problemas como catástrofes naturales, guerras, atentados terroristas y duras crisis institucionales, políticas o económicas. Son aquellas capaces de **recrear su cultura** en la relación con otras y permanecer en el tiempo adaptándose a nuevos contextos. Sobre la base de la **reafirmación de su identidad, aprendiendo de otros y/o revirtiendo contextos que le son adversos.**

Cabe señalar, que después de un desastre de grandes dimensiones, la sociedad pasa por diversas etapas hasta iniciar la reconstrucción, en la cual debe sobreponerse a las pérdidas, al dolor y a la desesperanza para comenzar de nuevo.

Entre los **factores de resiliencia comunitaria** figuran el apoyo mutuo, las expectativas colectivas de éxito ante los desafíos y una actitud predominantemente optimista, el trabajo voluntario, así como un **alto nivel de participación.**

El apoyo mutuo y la conformación de redes sociales solidarias son algunos de los principales factores promotores de la resiliencia. Su utilidad resulta de particular importancia cuando se trata de ofrecer apoyo social a niños y adolescentes, ancianos, familias y comunidades, en condiciones de pobreza o marginación y en otras situaciones extremas.

En estas sociedades**,** se observa que **"El impulso inicial de vida lo suelen dar los niños"**; ellos son los primeros en empezar a **jugar** y gritar que quieren vivir, **en ponerse en movimiento** aunque las cicatrices y los recuerdos que llevan no los dejarán jamás, recuperan su existencia en las circunstancias en las que se hallan, **empujan a los mayores a seguirlos.**

Para aquellos que han sufrido trastornos en sus vidas, por cualquier razón, **el juego** es también una actividad terapéutica esencial que puede ayudarles en el proceso de reducción de estrés y restablecimiento de la normalidad.

---

[18] Resiliencia Comunitaria, (E. Néstor Suárez Ojeda, 2001) describe esa capacidad de los pueblos para superar crisis y catástrofes (inundaciones, terremotos, ciclones, pobreza, exclusión etc.) Se define como la condición colectiva para sobreponerse a desastres y situaciones masivas de adversidad y construir sobre ellas. Entre los pilares de la resiliencia Comunitaria se mencionan: Autoestima Colectiva, Identidad Cultural, Honestidad Administrativa, Solidaridad, Humor Social

Obviamente, **las actividades de juego** por sí mismas no pueden modificar las circunstancias estresantes. Sin embargo, pueden, y lo hacen, proporcionar una oportunidad a los niños y a los adultos que los rodean, para que se impliquen en interacciones importantes y cambien el equilibrio de los factores sociales y medioambientales, así como los psicológicos, hacia una dirección positiva.[19]

Existe una **tendencia** a integrar el **enfoque de la resiliencia** en las acciones y proyectos sociales educativos, de salud, **deportivos,** lúdicos y recreativos, a los sujetos individuales, a las familias, y a las comunidades, que han soportado catástrofes y otras situaciones extremas para restablecer la estabilidad psicosocial y la reconstrucción de estas sociedades.

La actividad física y deportiva genera numerosos **beneficios** tanto **psicológicos** como **sociales** desde la infancia. Permite contactarse con las personas y comunicarse con ellas, trabaja la tolerancia, el respeto por los demás, acepta las diferencias de actitudes, favorece el desarrollo de la personalidad, experimenta emociones que no son tan fáciles de conseguir en otros campos, adopta estilos de vida saludables, acepta el objetivo de un equipo, reflejado mediante la colaboración y la cohesión.
Genera un efecto positivo en la autoimagen, autoestima, ansiedad, depresión, tensiones y estrés, autoconfianza, energía, eficacia y bienestar.

La actividad física y el deporte constituyen una potente herramienta para conseguir la formación integral de los individuos y su práctica promueve, a través del desarrollo de las áreas afectivas y sociales, el aprendizaje y la asunción de valores, actitudes y comportamientos pro-sociales que favorecen la prevención de conflictos y situaciones de riesgo, y una convivencia más pacífica y segura.

El deporte ayuda a desarrollar los mecanismos y los hábitos que enlazan la inteligencia, la motivación y la acción, y lo hace de una forma más completa y eficaz que el resto de las enseñanzas. La eficacia educativa del deporte y su influencia en la prevención de conductas de riesgo reside en su capacidad de acostumbrar a soportar el esfuerzo y a soportar el aplazamiento de la recompensa.

El rol del deporte en el desarrollo y rehabilitación

Los deportes y los programas con el juego y el deporte como disparadores de actividades tienen como objetivo restaurar el bienestar social y la salud mental de los niños y jóvenes, dentro de una comunidad a través de prácticas grupales, diseñadas para ajustarse a contextos de cultura local, tradiciones, necesidades y recursos. Estos programas se enfocan en dos canales para cumplir con funciones claves del cuidado de la salud

1- ofreciendo a la mayor cantidad de niños afectados apoyo psicosocial a través de la práctica deportiva y los juegos deportivos enseñándoles valores y habilidades y
2- ayudando a identificar a esos niños que no pueden participar efectivamente en estos programas debido a la severidad de su estrés o trauma

[19] Espacio para la infancia - julio 2005, Nro. 23. Respuestas a niños pequeños en situaciones de post emergencia.

El juego y el deporte siempre se entendieron como los proveedores de las experiencias que los niños y los jóvenes necesitan para aprender valores y habilidades sociales. A través del juego, los niños y jóvenes se tornan más sensibles a las necesidades de sus pares, los valores, aprenden a manejar la exclusión y dominancia, manejar sus emociones, adquirir autocontrol, además de aprender a compartir poder, espacios e ideas con otros. En todos los niveles de desarrollo, el juego deportivo ofrece a los niños y jóvenes la oportunidad de sentirse cómodos y con el control de sus sentimientos, permitiéndoles expresar sus emociones de manera aceptable. Además, los deportes y los juegos deportivos proveen la oportunidad de negociar y resolver el conflicto. También, el concepto detrás del deporte psicosocial y el juego deportivo es que éstos asistirán al niño y adolescente a enfrentar una cantidad de desafíos sociales y psicológicos simultáneamente en forma no intrusiva a través del acceso a la predilección natural del juego.

Potenciando la resiliencia a través del deporte

Las investigaciones acerca de la resiliencia han identificado factores claves de protección en la vida de los niños y jóvenes que pueden ser potenciados para prevenir el impacto de los factores de riesgo como son el trauma y el estrés. El factor de protección más significativo es la interrelación del niño y el joven con amigos, su familia y otros adultos fuera de su esfera familiar. Para los niños en particular el cuidado experto, la aceptación y el formar nuevas amistades con adultos familiares o fuera de sus familias (como sus maestros y entrenadores) tiene un significativo impacto positivo en el desarrollo.

Como los niños y jóvenes se benefician de “modelos” de calidad, el deporte grupal, y las actividades de juego ofrecen importantes oportunidades para que los participantes se involucren con miembros mayores de su comunidad. Estos mayores pueden ser quienes organicen actividades estructuradas que promuevan en los niños y jóvenes el desarrollo de su auto estima, que apoyen sus habilidades para comunicarse más eficientemente, y les ayuden a manejar una relación más sana con sus pares—y una relación saludable con sus pares se convierte en otro potencial factor de protección. Se debe enfatizar que un aspecto clave de la sana relación del adulto con el niño o joven es el rol que juega el adulto en la enseñanza de valores, como el trabajo en equipo, juego limpio y ético, y las conductas sociales que apoyan esos valores. Por consiguiente, el impacto del “conductor - facilitador” en el deporte psicosocial y juegos deportivos es de gran importancia y debe estar capacitado no solo con la habilidad de enseñar el deporte y el juego pero debe entender las emociones y propiciar la inter comunicación entre los niños y los jóvenes y ayudarlos a desarrollar efectivamente sus habilidades.

Cuando los adultos ayudan a los niños y jóvenes y los animan a que ellos mismos ayuden a sus pares, están ayudando a potenciar los valores y la resiliencia de la comunidad, el compromiso con la comunidad que se entiende como otro significativo factor de protección.

Mientras que muchos deportes psicosociales y programas deportivos proveen a los niños y jóvenes la oportunidad de relacionarse con otros a través de equipos competitivos, el contexto de intervenciones están enfocadas principalmente en el proceso de ayudar a los participantes de recuperar el funcionamiento psicológico y social en un entorno cooperativo.

Estos programas deportivos dan la oportunidad a los niños y jóvenes de aprender nuevos habilidades para resolver problemas y el manejo de sus propias emociones y conducta, así como la posibilidad de mantener una sana relación con sus pares. Es de destacar que se encontró que esta habilidad para resolver los problemas es una gran disparadora de resiliencia en los niños, ya que la mejora de esta habilidad puede incrementar la posibilidad de la resolución positiva de los desafíos de la vida.

Se ha reconocido que el juego es un importante instrumento en el desarrollo sano de un niño, y la capacidad de jugar es una de las formas utilizadas para determinar si un niño es sano o cumple con los requisitos de desarrollo relativos a su edad.

Entonces, podemos afirmar que **el uso de deportes y de programas deportivos** proporciona importantes oportunidades a los conductores- facilitadores deportivos capacitados, para ayudar a potenciar la resiliencia de niños y jóvenes, facilitando la estabilización emocional y social, y la adquisición de nuevas capacidades y habilidades.

Construir resiliencia en la tercera edad

"En la Argentina, la amplísima mayoría de las personas mayores reside en áreas urbanas y al comenzar la década del 90, más del 75% de quienes tenían 65 años y más disponían de jubilaciones o pensiones. En países como la Argentina no es la vejez la que condiciona la pobreza, sino que el empobrecimiento de los mayores es el resultado de la combinación de diferentes políticas sociales que tienden a crear, intensificar o mantener la dependencia económica y la pobreza en las edades avanzadas: las políticas de empleo y de seguridad social tienen particular influencia sobre las condiciones de vida durante la vejez"[20]

[20] Envejecimiento y pobreza en la Argentina al finalizar una década de reformas en la relación entre estado y sociedad. Nélida Redondo Universidad Católica Argentina

Se define a la vejez, como una etapa en la que suelen afrontarse eventos críticos y estresantes como son los problemas de salud, la pérdida de seres queridos y, en muchos casos un decremento en la situación económica.

A pesar de haber sufrido tales dificultades, y muchas veces circunstancias extremas, peligrosas o traumáticas (guerras y austeridad, catástrofes naturales); muchas personas mayores se encuentran en buena condición de salud, (aunque pueden tener padecimientos propios de la edad) e, incluso, dan muestras de vitalidad, de buen humor, entusiasmo en realizar actividades que les mantenga ocupados y que aporten beneficios para ellos y para otras personas y, además poseen gran interés en seguir contribuyendo y participando con su familia y amigos[21].

Las personas mayores se enfrentan a nuevas situaciones como son las enfermedades crónicas, el abandono por parte de los hijos, la separación del esposo o de la esposa, la viudez, o la jubilación, entre muchas otras, se ven obligadas a replantearse nuevas pautas de vida que les llevará a la adopción de estrategias encaminadas a superar las crisis. Aunque se defina a la vejez como una etapa que sin duda representa retos, también se la define como que representa un momento en el que las fortalezas adquiridas con anterioridad, serán recursos fundamentales (pero no únicos), que potenciarán las reservas y un ajuste positivo ante la vida.

Creando Emociones Positivas a través del deporte

"La vejez es un periodo caracterizado por el empleo de recursos personales y sociales encaminados a la búsqueda de la adaptación y de la resiliencia".
En esta etapa "la resiliencia se enfoca a mantener una buena salud, movilidad y funcionamiento físico, al aspecto cognitivo y de personalidad y a mantener las redes sociales y de apoyo". (Heckhausen, 2001).

"El ejercicio físico tiene una incidencia específica sobre los sistemas que acusan la involución retasando la misma de forma considerable, previniendo enfermedades y contribuyendo a mantener la independencia motora y sus beneficios sociales, afectivos y económicos" [22]

"El envejecimiento opera de la misma manera que la inactividad"

Una actividad física reglada, continua y adecuada retrasará los perjuicios que presentan las personas por el proceso de envejecimiento fisiológico y mantendrán por mayor tiempo la vigencia de las personas de la llamada "tercera edad" aumentando el periodo productivo de la vida, se la ha identificado constantemente como una de las intervenciones de salud más significativas de las personas de edad avanzada.

El juego es considerado en la tercera edad como un importante agente socializador, que permite la interacción con los otros, lleva a la obtención de placer y bienestar corporal y mental, siendo la recreación una valiosa alternativa de adaptación a los cambios y pérdidas sociales de la vejez, otorgando la idea de crear nuevamente, motivar y establecer nuevas metas, nuevos intereses y estilos de vida.

[21] (Brandtstädter, 1999; Staudinger, Marsiske y Baltes, 1995).

[22] (Alcántara Sánchez de Milán, Romero Pérez)

Teniendo en cuenta que los “factores protectores” son aquellos que amortiguan o eliminan el efecto de la adversidad, los que protegen a las personas mayores son diversos y muy variados, encontrándose principalmente las cualidades y características de las personas, la familia y el entorno social.

Es fundamental tener presente que las “personas mayores tienen un papel activo” en sus propios procesos de adaptación y entre los recursos con que cuentan, se encuentran la identidad positiva, el control personal, el auto eficacia, la autoestima**, las emociones positivas**, el optimismo, el afrontamiento y el apoyo social.

“Las emociones positivas” son estados de ánimo **“que nos hacen sentir bien”;** entre las más citadas están la gratitud, el amor, y el perdón, y pueden proporcionar a las personas experiencias subjetivas placenteras y sensaciones de paz. [23]

Estas emociones tienen **gran importancia en los procesos de adaptación** que buscan alcanzar un equilibrio, ya que facilitan las estrategias de afrontamiento adaptativas, la obtención de recursos sociales y favorecen el bienestar. [24]

Se ha destacado que la participación de las personas de edad en **proyectos sociales**, tiene una significación particular para este actor socialmente marginado, qué esta conllevaría a la reconstrucción de su rol social y a la recomposición de su identidad individual, cuyo objetivo final es la integración social y la asistencia para los mayores en situación de riesgo.

Será necesario entonces, promover modelos lúdicos-deportivos-recreativos como una alternativa en la adaptación del proceso de envejecimiento teniendo en cuenta las necesidades e intereses de la población anciana y respetando los cambios que puedan darse en el ámbito biológico, psicológico y social para una vejez feliz y productiva.

Logrando así una adaptación psicofísica y social a través de las emociones positivas, que proporciona a nuestros mayores **experiencias placenteras y sensaciones de paz**.

[23] (Fredrikson, Tugade, Waugh y Larkin 2003).
[24] (Fredrickson et al., 2003; Ong et al., 2006).

Los Proyectos sociales sustentables

Los **proyectos sociales** son una estrategia alternativa y de atención paliativa a los profundos desajustes sociales de nuestra población, estos proyectos deben estar orientados por algunos principios básicos, entre ellos:

Participación: es decir no puede haber un proyecto social donde no participen los interesados, los comprometidos con su razón de ser, vale decir la comunidad interesada.

Equidad: por cuanto estos proyectos están orientados a los menos favorecidos, a los que se denomina excluidos.

Participativos: son más efectivos cuando se realizan de manera compartida. Los **programas** destinados a la juventud deben considerar a los representantes comunitarios como copartícipes e incluir no solo a los jóvenes. En consecuencia, los programas deben ser suficientemente flexibles para tener en cuenta la variabilidad de la comunidad.

Evaluables: mediante técnicas como la evaluación de impacto que se oriente a revelar la magnitud de los cambios en el bienestar de las personas que se puedan atribuir al proyecto, u otras técnicas que sean pertinentes.

Y finalmente **sustentables**: los proyectos deberían estar formulados de tal manera que garanticen su continuidad en el tiempo, por propio esfuerzo y recursos.

Será entonces la tarea del **conductor/ facilitador** promover modelos de autogestión, fortalecer el trabajo en equipo y crear lideres multiplicadores deportivos para apropiarse del "poder de hacer por uno mismo y por los demás".

El desafío- Tejer redes de información

A pesar que se sabe que los deportes pueden hacer una contribución positiva al potenciar la resistencia de un niño y de un joven, de ancianos, de familias y de comunidades; esto puede ocurrir solamente bajo ciertas condiciones tal como fueron descriptas -un deporte es realmente una práctica neutral o vacía que se llena de significados, de valores, y de ideas de la cultura en la cual ocurre, y es influenciada por los individuos que participan. Hay evidencia práctica, y anecdótica suficiente para sugerir que los programas deportivos son de gran beneficio para quienes han sido víctimas de estrés severo o trauma, pero hay poca evidencia empírica que lo prueba.

Éste es un desafío que los iniciadores de los programas psicosociales y sus patrocinadores deben ahora enfrentar. Mientras que el foco hasta ahora estuvo puesto en la obtención de fondos para el desarrollo e implementación de los programas ha habido muy poca inversión o disponibilidad de fondos para la recolección de datos de resultados a corto, mediano y largo plazo, del impacto del deporte como potenciador de la resiliencia.

Los datos empíricos son cruciales para comprobar qué intervenciones son las más eficaces para potenciar la resiliencia en niños, adolescentes y ancianos, y así poder adecuar los escenarios para trabajar en forma más efectiva. La investigación empírica de campo en el deporte psicosocial y los pueden ayudar a establecer una base de datos comparable para facilitar la determinación de mejores prácticas y la evaluación más exacta de programas deportivos orientados a potenciar la resiliencia.

La importancia de los medios y las redes sociales

Y es aquí donde juegan un rol importante los medios, las instituciones y las redes sociales. Los **medios** porque tienen más oportunidades para llegar a todos y para transmitir a la sociedad los valores positivos que promueve el deporte. Las **instituciones** porque tienen la responsabilidad de desarrollar y ejecutar programas de promoción de valores educativos del deporte. La institución más importante en este aspecto es la **escuela**. Ella es el gran e ideal escenario para influir en la práctica deportiva de nuestros niños y adolescentes, y así **activar la resiliencia**.
Y finalmente las **redes sociales** porque como en el deporte el esfuerzo individual ayuda al logro grupal.

Internet, la red social por excelencia

Hace tiempo que Internet dejó de utilizarse simplemente como un gran archivo de información de todo tipo. Hoy es la plataforma de redes sociales por excelencia.

Estas redes son formas de interacción social, definida por un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones en contextos de complejidad. Un sistema abierto y en construcción permanente, que involucra a conjuntos que se identifican en las mismas necesidades y problemáticas y que se organizan para potenciar sus recursos.[25]

[25] Gustavo Agurete

Poniendo el primer ladrillo

http://www.esenciadeldeporte.org

La esenciadeldeporte.org es un directorio interactivo que nuclea organizaciones, fundaciones e iniciativas que utilizan el deporte como disparador de la resiliencia.

La confluencia de esfuerzos y necesidades permiten tejer redes que comparten recursos potenciando la ayuda y maximizando los resultados.

http://www.esenciadeldeporte.org invita a las distintas organizaciones a compartir sus proyectos, promoviendo la publicación de resultados en el corto y largo plazo para establecer un banco de datos que permita el estudio en profundidad del deporte como herramienta para mejorar la calidad de vida

Voces Autorizadas

Estos testimonios dan cuenta sobre la **Potencialidad del Deporte** orientado a la búsqueda de adaptación y resiliencia, y como **"herramienta de inclusión social"**, ya sea en proyectos, programas y actividades deportivas, lúdicas y deportivas-recreativas, llevadas adelante por deportistas (activos o retirados), asociaciones e instituciones deportivas, fundaciones o empresas ligadas al deporte y organizaciones sociales que tienen como objetivo promover el desarrollo**, la integración social y la participación ciudadana, especialmente de los niños ,de los jóvenes y de los adultos**.

Proyecto Virreyes

El Virreyes Rugby Club es un emprendimiento de un grupo de deportistas y entrenadores que decidieron que la mejor forma de comprometerse con la realidad argentina era enseñar lo que amaban y sabían hacer bien: practicar rugby.

Así nació el **Proyecto Virreyes**, una incipiente escuelita de rugby establecida en la localidad de Virreyes, Partido de San Fernando, orientada a promover la integración social y la construcción de lazos comunitarios a través de la práctica del rugby y de la educación en sus valores.

La escuelita, iniciada a principios del año 2003, creció mucho en poco tiempo. El entusiasmo de los chicos, la dedicación de entrenadores y voluntarios, la visión de las empresas y los particulares que no dudaron en colaborar generosamente, produjeron un fenómeno deportivo y social de repercusiones importantes en las vidas de los chicos y sus familias y en las de las personas involucradas en el proyecto.

El **Proyecto Virreyes** alberga a 400 jugadores de entre 6 y 19 años provenientes de familias en situación de vulnerabilidad. Hoy alcanza personería jurídica como asociación civil sin fines de lucro bajo el nombre de Virreyes Rugby Club, y como tal ha sido inscripto en la Unión de Rugby de Buenos Aires. http://www.vrc.org.ar/

Stick for India- Hockey para la Inclusión social

Stick for India es una organización social fundada en 2005 por tres jugadores internacionales de hockey, españoles: Santi Freixa, Litus Ballbè y Andreu Enrich.

Promueven el deporte en la zona rural india del distrito de Anantapur (Estado de Andhra Pradesh): una de las áreas más pobres del país.

El objetivo de **Stick for India** es utilizar el deporte como herramienta de desarrollo social para los niños. Con la práctica regular del hockey los niños pueden obtener todos los beneficios del deporte para sus vidas. Beneficios como: trabajo de equipo, una vida saludable, empatía, inteligencia emocional, el sacrificio del entrenamiento, etc.

Luego de tres años de continuo trabajo en el distrito, más de 600 niños y niñas disfrutan del deporte. http://www.stickforindia.com

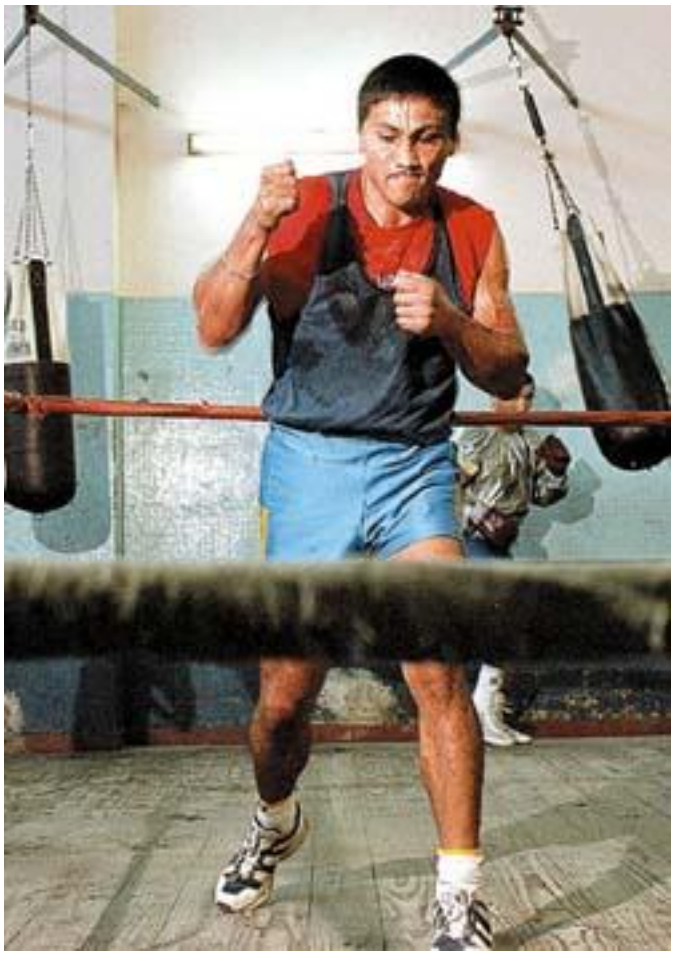
Golf en medio de la pobreza

El fundador del club fue un caddie que murió en una pelea callejera. Un amigo tomó la posta y les enseña a los pibes de la zona. Hicieron los hoyos con caños de plásticos y las banderitas con cartones de vino.La historia de una pasión

Hace un año, durante la retirada del invierno 2008, a Fernando Enrique, un vecino del muy humilde barrio de Ovejero, en la localidad de Maquinista Savio, partido de Escobar, (Argentina) lo mataron en una pelea callejera, de esas que llenan de sangre absurda el día a día del conurbano. Tenía 24 años y trabajaba de caddie en la cancha de golf del Jockey Club de San Isidro. Enrique dejó un legado deportivo insólito: un "club" de golf en su barrio que es un mundo de carencias. La cancha está ubicada en un extenso terreno baldío de 600 metros por 150, lleno de charcos y bolsas de nylon que en algunas partes le dan aspecto de basural, y lo dirige el que era su amigo del alma, Ezequiel González, pintor desocupado de 22 años. González aprendió hace casi una década, gracias a Enrique, a "quebrar la muñeca, abrir las piernas, arrastrar el palo hacia atrás, girar los hombros y volver al cielo". Ésas son sus palabras. O sea, se enamoró del golf, un deporte al que, visto desde la pobreza de Ovejero, parecieran jugarlo extraterrestres de planetas tan lejanos como más allá de los muros de los countries esparcidos por decenas en esa zona del Gran Buenos Aires.

El "club", al que ahora bautizaron Línea Golf Club –Línea era el apodo de Enrique– de club sólo tiene dos cosas: la voluntad de llamarlo así de los que lo fundaron, y lo más importante: un inmenso espíritu deportivo. No hay ni perímetro, ni vestuarios, ni un solo cartel. Los banderines son cajitas de vino en cartón tetra clavadas en palos de madera o metal, y los greens tienen el pasto corto, pero sólo de tanto pisarlos. Palos tienen sólo cuatro, regalo de un caddie.

"Cuando tengo un ratito libre, me vengo, es un deporte que caminas y encima queda aquí nomás y no estas en la calle, ese es el objetivo, salir de la calle" Simón Verón, golfista



El Karateca Medina- Knock-out al pasado

Jorge Karateca Medina quiere la oportunidad de empezar de nuevo y busca su recuperación con el boxeo después de una vida que se derrumbó por accidentes, alcohol, drogas, robo y cuatro años en el penal de Ezeiza.

Por una vez en su vida cambió las luces del ring por las candilejas del tablado de La Trastienda, una confitería enclavada en el barrio de San Telmo. El morocho de Parque de los Patricios por un momento había dejado de ser el boxeador, para convertirse en el actor del video musical de Los Pericos: Sin cadenas. El tema de difusión de su último disco Mystic Love, recientemente presentado.

Con sus 39 años, Jorge Osvaldo Karateca Medina no salía de su asombro. Sus ojos no se despegan de la pantalla de video. Por primera vez el Karateka veía su vida como en una película, y el protagonista era nada menos que él mismo. "Mirá hija. Mirá... Fue así", comentaba en medio de su estupor, mientras se aferraba a la mano de su hija (Maira, de 10 años). Era la primera vez que veía el material procesado.

Poco a poco en su cara se dibujaba una sonrisa. Atrás habían quedado los cuatro duros años de encierro en el penal de Ezeiza, acusado de robo con uso de arma y posesión de drogas.

"¿Y, Papi, te gusta el video? ¿Está bien, no?" No podía evitar preguntarle a cada uno de los que pasaban a su lado y lo saludaban. De alguna manera para él era como volver a los ´80, cuando su nombre fue una de las promesas del boxeo argentino.

Ahora, con casi cuatro décadas sobre sus espaldas y con todo el dolor y crecimiento de aquel que estuvo privado de su libertad por poco más de cuatro años sabe que el tiempo que perdió jamás volverá a recuperarlo y que todo aquello que resignó, de ahora en más, sólo será un recuerdo. "Tengo mucho hambre, tengo mucha necesidad de reivindicarme con mi hija. No puedo darme el lujo de perder lo único que me queda. A mí la droga y los malos pasos me dejaron sin mi familia y sin el boxeo, las dos cosas que yo más quería", comentó.

Para Medina el boxeo no sólo fue una forma de vida sino que también fue la única posibilidad que tuvo de escaparse de la calle, del frío y del hambre. "Nosotros éramos una familia muy humilde. En la casa de Parque de los Patricios vivíamos con mis viejos y mis dos hermanas. Cuando era chico más de una vez tuve que dormir sólo en los colectivos para no morirme de frío. Vivía rodeado de carencias en un ambiente que parecía no tener familia. Con el tiempo me di cuenta de que el boxeo era mi única salida."

Su comienzo en los rings fue casi un capricho del destino. "La primera vez que me acerqué a un gimnasio no fue para practicar boxeo, sino para hacer karate, de ahí mi sobrenombre. Estaba cansado de que me fajasen todos los días en la calle. Un buen día en el gimnasio uno de los chicos que hacía boxeo me desafió a pelear y como estaba toda mi barra detrás de mí no pude decir que no. Lo cierto es que después de ganar esa pelea le tomé el gusto."

El hambre fue el motor de Karateca en sus comienzos. "Recuerdo que la primera pelea la hice por un sándwich y una gaseosa que ni siquiera pude disfrutar ya que me habían partido un diente y el dolor era inaguantable."

A los 21 años y luego de 60 peleas como amateur llegó el momento del profesionalismo y con él comenzó a conocer todo lo que la vida le había retaceado. "Aunque parezca mentira yo conocí el Obelisco a los 20 años. A esa edad dejé de hablar con los pibes de la esquina para codearme con los ricos y famosos. Lo malo era que no sabía cómo manejar eso. Yo era un sapo de otro pozo. Hasta los 17 años me bañaba con Gran Jabón Federal, el de lavar la ropa, y me perfumaba con Lavanda de Polyana, la loción más barata de todas." Luego de ganarle, en 1982, en la final del torneo Félix Daniel Frascara, a Ricardo Carvallo, Medina parecía tener todo el camino libre para llegar a la fama. "Esa noche llegaron a corear mi nombre en el Luna Park. Ese era un torneo importante. Participaban todos los rankeados de cada categoría, menos el campeón."

Con el tiempo llegaron las salidas nocturnas y los viajes a los Estados Unidos y a Italia. Pero al poco tiempo la nostalgia y el hambre de éxitos lo trajeron de regreso a la Argentina. Todo había pasado y el Karateka debía empezar de cero. Después de mucho esfuerzo, tuvo una posibilidad de hacer una pelea eliminatoria por el título mundial, pero un accidente en su motocicleta le frustró sus expectativas y su carrera.

"El mundo se me derrumbó. Nada parecía tener solución. Ahí vinieron mis malos pasos: la droga, el alcohol, los robos y la desesperación. Y al poco tiempo mi encarcelamiento."

Medina, por buena conducta logró recuperar la libertad por anticipado y completar uno de sus sueños: el 2 de agosto último reapareció con una victoria ante José Luís Saldivia, en el estadio de la Federación Argentina de Box.

Poco después de su regreso a los cuadriláteros y de haber grabado el video con Los Pericos, el Karateca tiene otros proyectos; uno, concretado: su participación en la nueva tira televisiva Campeones, que se emitirá durante el verano por Canal 13. "Me alegra poder demostrarle a la sociedad que los boxeadores servimos para algo más que para trabajar en la seguridad de algún boliche y que no tenemos que pegarle a nadie para ganarnos la plata para comer", confesó.

Jorge Osvaldo Medina ya le ganó el primer round a su pasado. Pero la historia acaba de empezar y, como en toda pelea por un título, doce son los rounds que se tienen que ganar para quedarse con los honores.

El Fútbol Callejero (Street Football)

Se trata de una experiencia innovadora en lo que respecta a la utilización del fútbol como herramienta de educación y socialización al promover valores como la tolerancia, el respeto, la solidaridad y el trabajo en equipo, la participación y la inserción ciudadana.

Liga Nacional de Fútbol Callejero

Compuesta por más de 80 organizaciones que promueven la metodología de fútbol callejero (participan equipos mixtos, no existe la figura del referí y los participantes deciden las reglas de juego antes de cada partido, influyendo el respeto a las reglas en el resultado final). A través de las organizaciones que integran la liga Argentina, alrededor de 3 mil jóvenes de entre 6 y 22 años se encuentran comprometidos en sus actividades.

A principios de 2007 se realizó el **1er Encuentro Nacional**, realizado en San Carlos de Bariloche provincia de Río Negro, en el que participaron más de 200 jóvenes de todo el país que además de compartir partidos, asistieron a talleres de arte, excursiones turísticas y al "Seminario de Fútbol como Herramienta de Transformación Social". Estos encuentros se realizan cada año, dando cita al deporte y al arte, en una provincia distinta de la Argentina.

Red Sudamericana de Fútbol Callejero

Defensores del Chaco es una de las organizaciones fundadoras de esta red integrada por 350 organizaciones de base provenientes de Perú, Paraguay, Chile, Brasil, Bolivia, Colombia, Uruguay y Argentina convocando a un total de 18.000 jóvenes.

El **1er Encuentro Sudamericano de Fútbol Callejero**, se celebró en la ciudad de Buenos Aires en noviembre de 2005. Equipos de los países sudamericanos antes mencionados se hicieron presentes en este evento y jugaron la final en la Avenida 9 de Julio, junto con la actuación de grupos de arte de Defensores y otras organizaciones. Estos encuentros se realizan año tras año y son fundamentales a la hora de trabajar la integración y el intercambio entre los distintos países.

Red streetfootballworld

Esta red mundial agrupa a organizaciones de todo el mundo que utilizan el fútbol como herramienta de transformación social, a través de distintas metodologías de juego. Cada organización aporta a la red global modos de trabajo que permiten fortalecer el trabajo con los jóvenes.

En el año 2006, tuvo lugar el **Festival 06** que se realizó en Berlín, como un evento paralelo al Mundial de FIFA 2006, como parte del programa artístico y cultural de dicha Copa del Mundo. 24 equipos de todo el mundo, más de 300 jóvenes en total fueron parte de ese encuentro inolvidable. Los festivales se realizan cada 4 años, coincidiendo en tiempo y lugar con la Copa FIFA.

Football for Hope, Programa FIFA

El movimiento Football for Hope es el elemento fundamental de una alianza estratégica que lideran la FIFA, en calidad de organismo rector del fútbol mundial, y streetfootballworld, como motor impulsor de una red mundial de organizaciones no gubernamentales, dedicada a desarrollar sobre el terreno proyectos con un común denominador: el fútbol.

El objetivo del movimiento Football for Hope es conjuntar, respaldar, asesorar y reforzar los programas de desarrollo social y humano sostenible centrados en las áreas de fomento de la

paz, derechos de la infancia y educación infantil, fomento de la salud y la sanidad, lucha contra la discriminación y por la integración social, y medio ambiente. Estos programas deben estar destinados a la infancia y la juventud y utilizar el fútbol como instrumento de promoción de la participación y el diálogo.

El objetivo de Football for Hope es crear un futuro mejor por medio del fútbol.

http://www.fifa.com/aboutfifa/worldwideprograms/footballforhope/index.html

Ilusión. Sergio Rotman, manager del equipo y cofundador de la revista, con sus muchachos.

Se entrenan en el más absoluto anonimato Polideportivo Martín Fierro, en San Cristóbal integran una selección argentina de fútbol que va a jugar un Mundial, el de los Sin Techo, que se desarrollará en Milán hasta el 13 de septiembre. **El evento tiene como objetivo dar un mensaje de esperanza a las más de 100 millones de personas en el mundo que carecen de una vivienda digna o que viven en situaciones permanentes de exclusión social.**
El crecimiento del **Mundial de los Sin Techo,** desde su primera edición en 2003, hasta hoy, es sostenido: en el primer torneo, que se jugó en Graz, Austria, participaron 18 países –la Argentina no estuvo, el año pasado, en Melbourne, Australia, esa cifra se elevó a 56. Y para la edición 2009 serán 48 los involucrados.

Tal es su impacto, que el Mundial motivó la creación de programas vinculados al fútbol en más de 60 países, en los que participan unas 30.000 personas sin hogar y en condiciones de exclusión al año: de esos programas son elegidos los jugadores que integran la selección de cada país. Argentina está representada por el porteño Hecho Club Social, que nació como un desprendimiento de la revista Hecho en Bs. As., la empresa social que desde el año 2000 ofrece a través de la venta de la publicación en la Ciudad, una oportunidad de generación de ingresos a personas en situación de exclusión. Es que justamente la idea del mundial de los sin techo surgió en la Red Mundial de Publicaciones de la Calle –INSP, sus siglas en inglés, que tiene sede en Glasgow, Escocia.

Cambio de vida. "Genera un poder motivacional enorme. Es la posibilidad que tienen las personas de volver a insertarse en la sociedad, en este caso por medio de la práctica deportiva", le explica a PERFIL Sergio Rotman, manager del equipo y cofundador de la revista. Según un informe de Hecho en Bs. As., durante seis años participaron del programa 280 personas y 27 fueron seleccionadas para representar al país en cada uno de los torneos mundiales: actualmente, ninguno de ellos duerme en las calles, un 70% orientó su búsqueda a trabajos estables, el 45% retomó sus estudios secundarios o terciarios y el 22% retornó a su provincia de origen. También a nivel mundial el resultado es favorable.

Según una encuesta que hizo la organización de la **Homeless World Championship**, seis meses después del Mundial 2006, el 92% de los jugadores encontró una nueva motivación y el 70% mejoró su vida: inició tratamientos contra drogas y alcohol, consiguió trabajo, se dedicó al estudio o recompuso vínculos familiares. La modalidad es la del fútbol callejero –la Arena Cívica de Milán será el escenario– y con una cancha que está delimitada –tipo Showbol–. Cada plantel está compuesto por 12 personas, ocho jugadores y cuatro del cuerpo técnico, y juegan cuatro por equipo. El partido tiene una duración total de 15 minutos, repartido en dos tiempos de siete y uno de descanso.

http://www.diarioperfil.com.ar/edimp/0397/articulo.php?art=16645&ed=0397

Coca-Cola - Programa Dale Juguemos

Es la **escuela** la institución más importante y el escenario ideal para desarrollar y ejecutar programas que promuevan los valores educativos del deporte y para que nuestros niños y adolescentes practiquen deportes y realicen actividad física.

Dentro de la currícula escolar argentina, la materia de Educación Física tiene una carga de 80 minutos semanales en la primaria (aumenta a 160 en las de jornada doble) y dos horas en la secundaria. Mientras que se recomienda **una hora diaria con actividades físicas aptas para todos.** Resulta entonces que la actividad física en nuestras escuelas es escasa. Y explicamos esto porque a partir de esta realidad es que instituciones importantes han realizado investigaciones y programas.

Para **Coca-Cola Argentina**, es importante colaborar con las comunidades en donde desarrolla su actividad y para ello trabaja en forma conjunta con distintos sectores de la sociedad para aunar esfuerzos y contribuir en el bienestar integral de las personas. Es entonces como colaboro con CESNI, CIPPEC y Club de Amigos para el desarrollo de tres trabajos y a partir de los cuales desarrolló un programa propio.

CESNI (Centro de Estudios sobre Nutrición Infantil) junto al apoyo de Coca Cola, y por primera vez, con el fin de investigar la cantidad y calidad de la actividad física en los niños de 11 y 12 años, realizó un estudio de patrones de movimiento a través de un dispositivo llamado acelerómetro, que mide el tipo de intensidad de la actividad física. Se trabajó con niños de escuelas privadas, públicas, de jornada Simple y doble en CABA y GBA.

Club de Amigos, junto al Municipio de General Rodríguez y Coca Cola dio a conocer los resultados de su Estudio sobre los efectos de la estimulación física extracurricular en más de 400 niños bonaerenses de 9 a 12 años. La iniciativa incrementó los estímulos de actividad física extracurricular a 3 estímulos de 90 minutos, analizando la evolución en el desarrollo de los chicos que participaron del programa durante dos años. Los resultados presentaron mejoras significativas en varios aspectos motrices y físicos.

CIPPEC (Centro de Implementación de Políticas Públicas para la Equidad y el Crecimiento) junto al apoyo de Coca Cola, y con el objeto de acercar a las autoridades opciones concretas de políticas para la promoción de la actividad física y deportiva elaboró un documento con análisis y recomendaciones a partir de la realización de entrevistas a referentes del sector público y de detectar experiencias exitosas de promoción de la actividad física en todo el país. Se elaboró un diagnóstico que impulsa 20 opciones concretas de políticas que promueven esta actividad en los niveles provinciales y municipales.

A partir de estos trabajos **Coca-Cola** desarrolló "**Dale Juguemos"**, un programa a través del cual 230.000 chicos de escuelas carenciadas y de escasos recursos recibieron materiales deportivos y recreativos, junto a capacitación docente, para divertirse y moverse más durante los recreos, a así sumar horas de movimiento diario.

Ganarle al encierro

Fénix Rugby Club es el primer equipo de rugby de presos de América del Sur; el martes, en Dolores, se dieron el gusto de jugar contra un club que compite oficialmente.

Tras la charla técnica en el centro de la cancha, se oyó una indicación: "¡Cuando empiece el partido, hacemos lo mismo que en Luján!". Parecía tratarse de algún planteo táctico, pero pronto se develó que no. En cuanto se inició el juego, todos los jugadores de Fénix se tiraron al suelo ante la sorprendida mirada de sus rivales; sólo se levantó el capitán, que le entregó un banderín a su par de Pampas, en medio de aplausos. Después de ese gesto, el partido comenzó con normalidad, pero Fénix ya había dejado en claro que sentía la tarde como propia y que la disfrutaría a cada momento.

Fundado a fines de 2008, Fénix Rugby Club no es un equipo común: ostenta el orgullo de ser el primer club de rugby de América del Sur integrado por personas privadas de su libertad, que en este caso son internos de la Unidad Nº 9, de La Plata, del Servicio Penitenciario Bonaerense.

El martes pasado, este grupo de rugbiers entusiastas tenía una cita especial, quizá la más trascendente de su corta historia. Ante Pampas R. C., un equipo de Dolores que juega en la liga marplatense, se convirtió en el primer combinado de presos que enfrentó a la división principal de un club, con el condimento extra de haberlo hecho como visitantes. Los pedidos de permisos para que las autoridades judiciales les permitieran viajar, la necesidad de jugar en un día laborable y la expectativa por enfrentar a un conjunto que compite regularmente fueron algunos de los temas que abundaron en las conversaciones de los días previos.

Durante el partido, que se disputó en tres tiempos de 20 minutos, los jugadores de Fénix tuvieron un trabajo destacado, sobre todo en defensa, que les permitió terminar el primer soportar la exigencia del tiempo de juego y, con ellos, algunas distracciones propias de la inexperiencia, como haber estado en varios momentos del partido con un jugador menos en la cancha.

Pero a pesar de que Pampas desniveló el desarrollo del partido con el correr de los minutos, Fénix no se dio por vencido y siguió atacando, y logró marcarles un try a los dolorenses. "Me tocó hacer el try y estoy contento, porque es difícil que un forward convierta. Pero hoy tuve suerte", se sinceró David. "A través del rugby demostramos que se puede cambiar, que somos personas como todos, que queremos darle para adelante", explicó.

La semilla de la que germinó esta historia fue una simple charla entre tres compañeros. "Ya que tenemos ganas de hacer deporte, ¿por qué no hacemos rugby? Si los tres jugamos toda la vida…", dijo uno. Los otros dos lo oyeron y enseguida se hicieron eco de esas palabras para proponer la creación del club.

Fueron los profesores de educación física del penal quienes comenzaron a diagramar un plan de entrenamiento, para lo que recurrieron a personas del mundo del rugby. El apoyo de la URBA, que los reconoció como club y hasta les regaló las camisetas negras que lucen en cada partido, fue el incentivo para terminar de consolidar el proyecto.

"En el contexto donde estamos, todo se hace difícil, pero gracias a Dios se formó un grupo maravilloso. Esto vale la pena, porque, más allá de salir y querer ganar, nosotros ya ganamos desde un primer momento, por haber creado este equipo", dijo Walter, capitán de Fénix.

Cinco minutos antes del final del partido, Fénix volvió a dejar su marca en la tarde. Una seña bastó para indicar que todos los suplentes de los dos equipos ingresaran en la cancha. Así, en segundos, los protagonistas pasaron a contarse por decenas y los últimos minutos del partido pasaron entre rucks y mauls gigantescos.

El pitazo final del árbitro marcó el inicio de una sucesión de saludos que continuaron en el tercer tiempo, compartido por locales y por visitantes. El resultado final, con derrota de Fénix por 33 a 10, pasó a ser sólo una anécdota. **A esas alturas de la tarde, todos se sentían ganadores.**

http://www.canchallena.com/1238087

En Puerto Libre, los abuelos prolongan su juventud

En la zona norte del conurbano bonaerense, el Día del Abuelo no sólo se festeja el tercer domingo de agosto, sino todos los días, ya que los mayores cuentan con un espacio para poder compartir una jornada agradable al aire libre.

El predio de cinco hectáreas, ubicado a orillas del Río de la Plata, en la localidad de Martínez, forma parte del programa "Juventud Prolongada", que organiza la Municipalidad de San Isidro

"Puerto Libre", inaugurado en 1989, es un espacio que recibe a todas las personas mayores de 50 años que residan en el municipio y quieran participar de las actividades culturales, educacionales y recreativas que se desarrollan allí.

Alrededor de 400 personas, en invierno, y 700, en verano, practican gimnasia, bailan folklore, participan del taller de plástica, juegan al ajedrez y realizan caminatas; además de disfrutar de la pileta de natación, realizar actividades musicales y concurrir a la escuela de alfabetización.

Los abuelos también cuentan con programas especiales como **"Lazos Solidarios",** que, bajo el lema "**No dar lo que sobre, sino lo que uno tiene",** realizan actividades para la comunidad.

Cada mañana, los participantes arriban al lugar en ómnibus desde los centros de jubilados de cada barrio y, luego de izar la bandera junto con los profesores, cada uno selecciona las actividades que desarrollará durante el día.

"Uno acá se siente joven, tiene su lugar; si no la pasáramos tan bien, no vendríamos", contó Julia Salazar, de 60 años. Además, su amiga del barrio de Beccar, Elba Yaques, agregó que hay que darle las gracias a Dios por poder contar con un espacio así, "es un lugar donde te reís y la pasás bien siempre", dijo sonriente.

El profesor Antonio de Pasqua, jefe de campo, explicó la importancia de la relación entre los profesores de cada actividad y los abuelos. "Es muy importante el cariño, el afecto y la contención, además del vínculo que se genera para que las personas mayores encuentren aquí un segundo hogar".

Cecilia Ardoy, Profesora de Educación Física, contó que "trabajar en Puerto Libre significa conectarse con la vida de una manera muy especial, es aprovechar las actividades al máximo: es un pacto con la vida".

Según la profesora, el programa que desarrollan está basado en los movimientos porque la **actividad física aumenta la calidad de vida**, fundamentalmente en las personas de la tercera edad. Por otra parte, coincidió con Pasqua al destacar la importancia de hacer sentir a los mayores que el centro de recreación es una extensión de su casa, además de contenerlos y ayudarlos a realizar actividades con personas de su misma edad.

En un alto de un partido de tejo, Doménico Vergara se refirió a la realidad que sufre el país y a la solución que encontró junto al río: "Esto es una válvula de escape, acá nos olvidamos del corralito y de los problemas. Nos hacemos bromas entre nosotros, estamos contentos y somos felices. **Cuando uno se pone mal, todos lo apoyamos: somos el bastón de cada uno."**

En Puerto Libre, donde fluye un aire fresco y alegre, la amistad y el compañerismo son dos de los principales pilares que arman la estructura del predio. Allí, todos buscan los mismos objetivos: divertirse, compartir las actividades con los demás y, principalmente, sentirse joven.

Ida Coduni de Gatti sintetizó el pensamiento de todos los abuelos que cada día asisten a los programas de “Juventud prolongada”: “Acá revivimos”.

http://www.lanacion.com.ar/nota.asp?nota_id=422753

Glosario

Adaptación Positiva es considerada positiva cuando un individuo ha alcanzado expectativas sociales asociadas a una etapa del desarrollo, a pesar de la exposición a la adversidad.

Adversidad:

-utilizado como situación de riesgo, puede ser acumulación de muchos factores de riesgo como vivir en la pobreza o una situación de vida especifica.

- puede ser definida objetivamente por la correlación entre factores de riesgo y conductas de adaptación negativa.

-Adversidad puede ser definida objetivamente a través de instrumentos de medición o subjetivamente a través de la percepción de cada individuo (Luthar et al, 2000, Luthar y Cushing, 1999; Kagan 1999).

Factores de riesgo es cualquier característica o circunstancia de una persona o comunidad que se sabe asociada con una alta posibilidad de que se comprometa la salud y la vida.

Factores protectores son aquellas características y/o condiciones del entorno, y de las personas que amortiguan o eliminan el efecto de la adversidad.

Conducta de riesgo es una conducta voluntaria que compromete aspectos del desarrollo integral de las personas

Resiliencia

"Es un proceso de desarrollo humano que combina la exposición o experiencia de adversidad con la adaptación positiva. Este proceso esta dado por una interacción dinámica entre factores a nivel individual, familiar, comunitario y social" (Lic .Francisca Infante 2004)

Bibliografía

Barómetro de la Deuda Social Argentina UCA- 2008

Argentine Youth - An Untapped Potential. World Bank Country Study – March 2009

How Psychosocial Sport and Play Programs Help Youth Manage Adversity- International Journal of Psychosocial Rehabilitation. Robert Henley, Ph.D. University of Zurich

Estado del Arte en Resiliencia
María Angélica Kotliarenco Ph.D., Irma Cáceres, Marcelo Fontecilla. Oficina Panamericana de la Salud

Un nuevo enfoque en la prevención en la salud integral de los adolescentes: la resiliencia
J. Cornellà i Canals y A. Llusent i Guillamet
Unitat d'Atenció als Adolescents i Joves. Centre d'Especialitats Güell. Institut Català de la Salut. Girona

La resiliencia, una mirada que abre horizontes
Dr Paul A. Bouvier Bassegoda
Servicio de Salud de la Juventud, Ginebra, Suiza

Resiliencia y desarrollo humano: Aportes para una discusión.
Solun Donas Burak Consultor en salud de la mujer, infancia y Adolescencia de la Organización Panamericana de la Salud /Organización Mundial de Costa Rica
2*Trabajo presentado en el Foro Mundial FIBI .Costa Rica 1995

Sanos, autónomos y responsables
Comunidad Escolar
http://comunidad-escolar.cnice.mec.es:80/833/info6.html

Resiliencia tendencias y perspectivas Ediciones Unla 2004
Suarez Ojeda ,Musnit ,Kotliarenco.

CIER
Centro Internacional de Información y Estudio de la Resiliencia, Universidad Nacional de Lanus

Construyendo la Adversidad Kotliarenco Maria Angélica; Cáceres I 1996 Ed. CEANIM.

Manual de identificación y promoción de la Resiliencia en niños y Adolescentes Munist Mabel y otros Washintong.OMS.OPS. Fundación Kellogs.

Los doce que sobreviven Myers Robert

La maravilla del dolor Granica. 2003. **Los patitos feos**. Gedisa. 2003 Cyrulnik, Boris**.**

Resiliencia o capacidad de sobreponerse a la Adversidad. Suarez Ojeda H. Rev. Medicina y Sociedad. Vol. 16. Nº3. 1993.

Resiliencia. Descubriendo las propias fortalezas. Suarez Ojeda N, Melillo A**...** Ed. Paidos.2001.

Resiliencia y Subjetividad. Suarez Ojeda N. Comps Ed. Paidos.2004.

Resiliencia: tendencias y perspectivas Suarez Ojeda N., Munist M., Kotliarenco M. A. Colección Salud Comunitaria. Ediciones de la UNLa. Lanus. Argentina. Febrero 2004.

Actualizaciones en Resiliencia. Suarez Ojeda N., Kotliarenco M. A., Melillo A., Mardones F Colección Salud Comunitaria. Ediciones de la UNLa. Lanus. Argentina. Febrero 2000

Responsabilidad personal y social de la actividad física y deporte -Amparo Escartí, Carmina Pascual, Melchor Gutierrez- E- Book- Google Libros

El deporte, agente de cambio social en comunidades de refugiados de guerra. Raúl Oscar Paglilla http://www.efdeportes.com/efd27/palestin.htm

Desde la animación institucional hacia la transformación social. El deporte escolar, agente inicial de contención social. Raúl Oscar Paglilla http://www.efdeportes.com/efd41/anim.htm

www.educaresiliencia.com.ar Equipo de trabajo en la Escuela de La Punta, San Luís

Resiliencia y vejez. Madrid, Portal Mayores, JIMÉNEZ AMBRIZ, María Guadalupe (2008). Informes Portal Mayores, nº 80. Lecciones de Gerontología, XV http://www.imsersomayores.csic.es/documentos/documentos/jimenezresiliencia

Psychology resilience and protective mechanisms. En J. Rolf, A.S. Rutter, M. (1990)Masten, D., Cichetti, K.H., Nuechterlein and Weintraub (Ed.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp.181-214). New York: Cambridge University Press.

Tercera edad y la actividad física
Daniel R. Paglilla Argentina
http://www.efdeportes.com/efd36/3aedad.htm"

Actividad Física y envejecimiento
Pedro Alcántara Sánchez Millán* Mariano Romero Pérez** Licenciado en Educación Física. Monitor de Gerontogimnasia **Licenciado en Educación Física (España)
http://www.efdeportes.com/efd32/envej.htm

Actividades físicas y recreación Coutier D. y otros (1990) Editorial Gymnos, España.

Recreación para el trabajo social con tercera edad. Lorda, R. y Sánchez, C. (1993 Ediciones Nexo Sport. Uruguay.

Guía de ejercicios físicos elementales para la tercera edad. Sala, A. y Núñez N. PAMI.

Redes Solidarias entre pares ¿una alternativa de inclusión social para las personas de edad? Ponencia presentada en el III Encuentro de la Red Latinoamericana y del Caribe de la Sociedad Internacional de Investigación del Tercer Sector, Buenos Aires, 12 al 14 de septiembre de 2001

/ Adriana Fassio Investigadora del Centro de Estudios Organizacionales. Facultad de Ciencias Económicas. Universidad de Buenos Aires.

Gerontología Social. Envejecimiento y calidad de vida, Moragas y Moragas, R. (1991) Herder, Barcelona.

De la exclusión como estado a la vulnerabilidad como proceso en Archipiélago, Nº21. Castel, R., (1998),

Análisis de las Políticas de Vejez en España en el contexto europeo, INSERSO, Madrid. Castells, M..., Pérez Ortiz y Guillemard, A.M. (1992)

Psicogeriatría, Salvareza, L. (1989) Paidos, Buenos Aires.

El mito del eterno retorno. Educación, subjetividad y adultos mayores en sociales, políticas públicas y subjetividad Yuri, J. (2000) Duschatzky, S. y otros (compiladores), Tutelados y asistidos. Programas Paidós, Buenos Aires

El tercer sector y la tercera edad en Conjuntos. Oddone, M.J. (1998) Sociedad Civil en Argentina, Buenos Aires.

Los ancianos en la Sociedad, en Knopoff, R. y Oddone, M.J., Oddone, M.J. (1991) Dimensiones de la vejez en la Sociedad Argentina, CEAL, Buenos Aires

http://**www.cecnews.org.ar**

http://**www.bernardvanleer.org** **Juegos reconstituyentes para niños refugiados** Sophie Naudeau, Dra. Departamento de Desarrollo Infantil Eliot Pearson, Universidad de Tufts, Estados Unidos

Proyecto Virreyes
http://www.vrc.org.ar/

Stick for India
http://www.stickforindia.com

Knock-out al pasado –
Diario La Nación – Argentina
http://www.lanacion.com.ar/nota.asp?nota_id=122819

Golf en el medio de la pobreza
Diario Crítica Digital – Argentina
http://www.criticadigital.com.ar/index.php?secc=nota&nid=29799&pagina=3

Fútbol callejero
http://www.defensoresdelchaco.org.ar

Football for Hope
http://www.fifa.com/aboutfifa/worldwideprograms/footballforhope/index.html

Un equipo local participará en el Mundial de los "homeless"

http://www.homelessworldcup.org/groups/argentina

Ganarle al encierro
Diario La Nación -Argentina
http://www.canchallena.com/1238087
http//www.fenixrugbyclub.com/

En Puerto libre, los abuelos prolongan su juventud
Diario La Nación –Argentina
http://www.lanacion.com.ar/nota.asp?nota_id=422753