

## Los Deportes de Aventura, una propuesta para el crecimiento personal y desarrollo de actitudes ambientales

### Adventure Sports, a proposal for personal growth and the development of environmental attitudes

Idalmis Fernández-Téllez<sup>1</sup>, Hirbins Manuel Dopico-Pérez<sup>2</sup>, Abel Baza-Farjat<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup>Dr. C Prof. Asist: Universidad de Guantánamo, Cuba. [idalmsferz@cug.co.cu](mailto:idalmsferz@cug.co.cu)

<sup>2</sup>Dr. C Prof. Asist: Universidad de Guantánamo, Cuba. [hirbinsdp@cug.co.cu](mailto:hirbinsdp@cug.co.cu)

<sup>3</sup>M. Sc Prof. Asist: Universidad de Guantánamo, Cuba. [abelbf@cug.co.cu](mailto:abelbf@cug.co.cu)

*Fecha de recepción: 8 de octubre de 2016*

*Fecha de aceptación: 16 de diciembre de 2016*

---

#### RESUMEN

El trabajo presenta un grupo de términos y definiciones que abordan los deportes de aventura en Cuba y muestra un estudio realizado que tuvo como propósito evaluar las preferencias que presentan los practicantes de deportes de aventura; donde se monitoreó la elección de la práctica de esa actividad en condiciones de desafío a las leyes de la naturaleza, poniéndola así en una situación de privilegio ante otras prácticas recreativas, además permite regular la conducta ante situaciones difíciles en la naturaleza y disfrutarla, cuidarla y apreciarla mejor. Para este estudio se tuvo en cuenta en los practicantes los indicadores: conocimiento de la actividad, necesidad de demostrar competencia, reto a las dificultades, ansias de lograr el éxito, sentimientos de seguridad en sus propias fuerzas, conocimientos sobre sus límites físicos y mentales; con la aplicación de métodos y técnicas de la investigación científica se obtuvo resultados que permiten demostrar que esta actividad es de interés para jóvenes, adolescentes y adultos, lo que puede ser más explotado en diferentes partes del país y por participantes extranjero que se inclinen por esta actividad.

**Palabras clave:** Aventura, Riesgo, Competencia extrema, Recreación física

#### ABSTRACT

The paper presents a group of terms and definitions that addresses adventure sports in

Cuba and shows a study carried out that aimed at evaluating the preferences of the practitioners of adventure sports; it was monitored the choice of practicing this activity in conditions of challenge following the laws of nature, in a privileged situation in regard to other recreational practices, besides it allows to regulate the behavior at difficult situations outdoors and to enjoy it, to take care of it and appreciate it better. For this study, the following indicators were taken into account in the practitioners: knowledge of the activity, need to demonstrate competence, challenge, difficulties, eagerness to achieve success, feelings of dependency in their own strength, knowledge of their physical and mental limits; With the application of methods and techniques of scientific research, results were obtained that demonstrate that this activity is of interest to young people, adolescents and adults, which can be better exploited in different parts of the country and by foreign participants who like this activity.

**Key words:** Adventure, Risk, Extreme competition, Physical Recreation

## **INTRODUCCIÓN**

La globalización no sólo propició el intercambio de mercancías a lo largo y ancho de todo el mundo, también el conocimiento ha alcanzado niveles de socialización nunca antes experimentados. Ese intercambio social mediante el deporte, también ha sido modificado por conductas que se van asumiendo en un nuevo contexto mundial, el cual se ha vuelto más espectacular, comercial y profesionalizado, se ha quedado atrás la intención de recrearnos, probarnos a nosotros mismos, de lo que somos capaces utilizando nuestras propias posibilidades físicas, incluso protegiendo nuestro cuerpo y hasta cuidando los valores del olimpismo, pero sobre todo cuidando el medio ambiente con el cual intercambiamos.

En este mismo contexto aparecen nuevas propuestas que buscan además de exigimos a nosotros mismos mayor esfuerzo, también el intercambio con la naturaleza, el cuidado del medio ambiente desde la admiración, el desafío, el reto y aceptación de sus valores.

Nos referimos al Deporte de Aventura el cual es definido como "*actividades deportivas de entretenimiento y turísticas, que se practican sirviéndose básicamente de los recursos que ofrece la misma naturaleza, el medio en que se desarrollan, y que conllevan un factor de riesgo*" (Miracle, 1994, p.7)

Como señalan Martín y Palmi (1999), la definición de este tipo de actividades gira entorno a cuatro conceptos fundamentales:

**Aventura:** se trata de una actividad con una importante carga de incertidumbre, tanto objetiva como subjetiva y que suponen un reto para el practicante.

**Riesgo:** entendido tanto como el peligro de pérdida real (riesgo objetivo) como percibido (subjetivo).

**Entorno:** medio natural.

**Competencia:** experiencia y dominio o capacidad que tiene la persona en la habilidad que va a emplear.

Esto denota que las personas que practican esta modalidad de actividad competitiva mezclan la belleza de la naturaleza con riesgo, libertad, superación de obstáculos, disfrute, ambiente lúdico y aumento de la condición física, todas bajo el espíritu de aventura individual o en equipo.

Todo parece indicar que las personas se inclinan a estas prácticas por las características que posee esta modalidad, las cuales se pueden definir como:

- Se desarrollan en un entorno natural (sensación de libertad) no estable (aumenta el grado de incertidumbre).
- Son muy variadas.
- Son muy flexibles: no hay un reglamento fijo, no hay horarios, ni edad, ni sexo.
- Se basan en el equilibrio psicofísico.
- El elemento de diversión es fundamental.
- Nos permiten buscar nuevas sensaciones y experiencias.
- Permiten demostrar auto eficacia dadas las situaciones de desafío y reto personal que afronta el que la práctica.
- El aspecto aventura y descubrimiento es esencial.

Por otra parte se puede explicar y predecir la motivación y conducta de los practicantes de estas actividades en la naturaleza, a partir del modelo teórico, que destaca Martín y Priest (1986). Esto se expone su “Paradigma de la Experiencia de Aventura”, definiendo el funcionamiento de este tipo de actividades en función de la interacción de dos variables fundamentales:

a) Riesgo: posibilidad de pérdida de algo valioso.

b) Competencia: combinación de habilidad/capacidad y experiencia.

Entonces podemos explicar cómo motivaciones para la práctica de los deportes de aventura y riegos:

- La necesidad de demostrar ser competitivo ante otros.
- Retar a las dificultades que impone la naturaleza.
- Vencer con éxito esas dificultades.
- Desarrollar la seguridad en sí mismo.
- Autovaloración correcta ante sus propios límites.
- Desarrollar potencialidades para enfrentar estrés.
- Elevar la capacidad de soportar infortunios durante la práctica.
- Enfrentar el peligro con seguridad y destreza.

Sin lugar a dudas esta modalidad competitiva individual, colectiva, o contra usted mismo, posibilita un desarrollo de cualidades volitivas, nuevas y más fuertes emociones, precisión en los conocimientos para enfrentar las dificultades que impone la naturaleza, incluso una nueva concepción de la vida a partir de un alto nivel de satisfacción por el logro en el vencimiento a grandes dificultades, todo va marcando y formando determinados rasgos de la personalidad de estos sujetos , ya sean mujeres u hombres.

Generalmente estas actividades comienzan a practicarse en edades de la juventud y entrada a la adultez, precisamente por el alto nivel de riesgo que enfrenta el individuo, no quiere decir que en edades más tempranas no halla practicantes de esta modalidad deportiva.

En estudios realizados por Schiendel (1964), Fletcher y Dowell (1971), Stoner y Andy (1977) y Breivik (1991) han dejado claro que la búsqueda de sensaciones fuertes, la búsqueda de probarse a sí mismo y la búsqueda de lo nuevo y desconocido, constituyen las principales motivaciones de los jóvenes estudiados, tanto mujeres como hombres.

Estas actividades por lo general se desarrollan en eventos como:

- Montañismo.
- Senderismo.
- Escalamiento.

- Actividades acuáticas (marítimas, en ríos y lacustres).
- Vuelos sin motor.(paracaidismo, parapente, entre otras
- Automovilismo.
- Actividades subacuáticas.(buceo, foto sub, entre otras).
- Canoa y piragüismo por aguas bravas.
- Actividades con bicicletas en condiciones de riesgo (ciclocrós)
- Actividades con patines y/o patinetas en condiciones de riesgo extremo.

Las mismas cuentan con muchos practicantes en todo el mundo. En Cuba aparece como una opción que comienza a tomar fuerzas, donde existen practicantes aislados que no suelen ser muy sistemáticos en su práctica. Está concebida como "actividades deportivas de entretenimiento y turísticas, que se practican sirviéndose básicamente de los recursos que ofrece la misma naturaleza, el medio en que se desarrollan, y que conllevan un factor de riesgo." Actividad que además de una opción sana de pasar el tiempo libre, permite aprovechar las potencialidades naturales que tiene la isla caribeña. Por las potencialidades naturales que tiene Cuba para la realización de estas prácticas, se incluyen en el evento Científico Metodológico de Recreación Física y Deportes de aventura, lo que permite realizarse por primera vez en este país esta modalidad recreativa, primando para su realización, el montañismo con sus escaladas y descensos, y el descenso en balsas rústicas por el río y otras.

## **DESARROLLO**

Es en esta práctica donde se combina la belleza de la naturaleza, en un ambiente lúdico y que oculta una serie de dificultades que deben superarse para disfrutar de ella, parece la razón por la que estos deportes están obteniendo una excelente acogida, no solo entre los jóvenes sin distinción de sexo, sino también entre los adultos que conservan, junto con unas condiciones físicas aceptables, una cierta dosis de espíritu de aventura.

Ya desde 2002, existe un evento competitivo en la provincia Guantánamo con sede en el municipio montañoso de Baracoa, llamado Evento Científico Metodológico de Recreación Física y Deportes de Aventura, el cual se celebra en los primeros días de diciembre y brinda algunas opciones para este tipo de practicantes.

Dentro de las opciones competitivas se encuentran el senderismo, escalamiento, descenso en ríos, saltos en cascadas, entre otras y asociadas a estas actividades el tratamiento a la educación ambiental a través de festivales recreativos, concursos de fotografía en la naturaleza (flora, fauna, paisaje), entre otras actividades.

Durante las 5 ediciones del evento competitivo de deporte de aventura, se han presentado en cada uno, entre 7 y 9 equipos indistintamente, conformados por 3 integrantes (dos hombres y una mujer) cada uno, con la participación de diferentes provincias, con la excepción de la provincia Guantánamo, la cual presenta dos equipos uno de la cabecera provincial y otro equipo del lugar donde se celebra el evento, el municipio de Baracoa.

En un estudio realizado durante las 6 ediciones de dicho evento, lo más interesante en los participantes lo constituye la búsqueda de emociones fuertes que impliquen riesgos, lo que se oferta en las opciones del recorrido de la competencia del deporte de aventura.

Se ha aplicado un pequeño diagnóstico con tres instrumentos, una encuesta a los participantes, una entrevista a los organizadores y una guía de observación al recorrido para comprobar el comportamiento de algunos factores durante la competencia.

Establecimos seis indicadores o factores que debían ser estudiados para mejorar el evento y así la participación de los concursantes, para lo que le pedimos su interés por los siguientes aspectos.

- Recorridos largos y difíciles.
- Condiciones de peligros físicos en el recorrido.
- Aseguramientos alimenticios para el recorrido.
- Aseguramiento de primeros auxilios ante emergencias.
- Participación con herramientas para ayudarse.
- Cuidado hacia el medio ambiente.

En la siguiente tabla se muestra la tendencia de los participantes a los mencionados indicadores recogidos en una encuesta.

**Tabla N° 1 Resultados sobre la encuesta a participantes.**

Nº	Indicadores	Años en los que se ha desarrollado el evento				
		2002	2004	2006	2012	2014
1	Recorridos largos y difíciles	100%	98%	100%	100%	100%
2	Condiciones de peligros físicos en el recorrido.	100%	100%	100%	100%	100%
3	Aseguramientos alimenticios para el recorrido.	100%	97%	100%	95%	98%
4	Aseguramiento de primeros auxilios ante emergencias.	100%	100%	100%	100%	98%
5	Participación con herramientas para ayudarse.	55%	30%	80%	3%	50%
6	Cuidado hacia el medio ambiente.	100%	100%	100%	100%	100%

Como se puede apreciar en la mayoría de los indicadores los participantes expresan un alto por ciento, en los recorridos largos y difíciles es significativamente alto, lo que pone de manifiesto la condición de aventura y las expectativas que tienen los participantes de realizar este tipo de recorrido, donde el riesgo y la emoción juega un importante papel, constituyendo el descenso por el río en balsas rústicas la actividad más gustada, manteniéndose al mismo nivel de preferencia la escalada a diferentes montañas con un alto grado de dificultad, lo que se combina con condiciones de peligros físicos en el recorrido, con un 100% de aceptación y en muchos de los casos sugieren recorridos o partes de él con mayores peligros.

Los primeros auxilios han sido asegurados, aunque los participantes tienen una gran preparación lo que disminuye el riesgo de accidentes, que en su mayoría son por violar algunas reglas de seguridad o demostrar superioridad a la hora de ejecutar una actividad, cosa que es característica de los intrépidos cómplices de este tipo de deporte.

La alimentación en el recorrido fue a base de frutas, donde predominó el coco de agua y algunos cítricos como la naranja y la mandarina, los que fueron degustados por los corredores, siendo estas escogidas a sugerencias de los participantes.

El porcentaje de participantes que no utilizan herramientas es muy bajo, lo que demuestra el interés que ellos tienen de probarse y demostrar su condición física bajo circunstancias difíciles que le brinda la naturaleza.

El cuidado del medio ambiente fue el indicador en que más se trabajó, porque la mayoría de los recorridos se realizaron en el Parque Nacional Alejandro de Humboldt, área protegida de gran connotación en Cuba y en el mundo

La Observación permitió comprobar la actitud y conducta ante los mismos indicadores.

**Tabla N° 2 Resultados de la observación a la conducta de los participantes.**

Indic.	Años en los que se ha desarrollado el evento														
	2002			2004			2006			2012			2014		
	A	PA	NA	A	PA	NA	A	PA	NA	A	PA	NA	A	PA	NA
1	98	2		100			100			97	3		100		
2	100			90	10		95	5		100			92	8	
3	98	2		95	3	2	91	5	4	89	11		100		
4	90	10		98	2		100			88	12		95	5	
5	55	40	5	50	30	20	75	25		80	15	5	90	10	
6	18	22	60	25	50	25	13	75	12	40	35	25	30	40	30

Leyenda A- Adecuado, PA- Poco Adecuado y NA- Nada Adecuado.

Como se aprecia en la tabla N° 2 que muestra los resultados de la actitud de los participantes en el evento, los 5 eventos de manera general los primeros 5 indicadores observados se mostraron acorde a lo planteado por los atletas en sus criterios en la encuesta, hemos señalado las columnas de Adecuado en cada año con el color rojo para denotar la prevalencia de los porcentajes, demostrando que la mayoría, incluso en ocasiones el 100% de los participantes manifestaron una actitud adecuada ante los aspectos que se medían durante el recorrido. Aunque se nota una diferencia entre lo que ellos plantean en la encuesta y algo diferente a lo observado en su ejecución



durante el recorrido de deportes de aventura, mostrando falta de conocimiento por este tipo de evento y las conductas a seguir durante el recorrido.

La excepción es el 6º indicador, el cual está coloreado de azul y se refiere al cuidado del medioambiente, en el cual se pudo apreciar según los porcentajes obtenidos, que los participantes no lo cuidan en todos los casos como es indicado durante todo el evento, se desarrollan manifestaciones que van en contra de lo establecido, como:

1. Rompen ramas de árboles y arbustos.
2. Para tomar las frutas de los arboles los dañan en su estructura.
3. Botan basura que demoran en degradarse en las áreas protegidas.
4. Dejan restos de comida en lugares inapropiados.
5. Encienden fuego en lugares no establecidos.

Todas estas conductas, denotan falta de cultura ambiental, que no ayuda al buen desarrollo del evento, el cual dentro de sus objetivos está junto a competir y recrearse, formar actitudes ambientales en los participantes, utilizando como escenario, las áreas protegidas del territorio de Baracoa en el Parque Nacional Alejandro de Humboldt, el cual ostenta la categoría de Patrimonio de la humanidad por su rica biodiversidad.

También se les entrevistó a los organizadores del evento (16 personas), para conocer sus expectativas sobre el evento y la calidad de los participantes, entre otros aspectos que podrían ser de interés para mejorar las próximas ediciones. En todas las respuestas de los organizadores aparecieron aspectos que son interesantes con respecto a los participantes como:

- No todos los atletas participan de forma seria y entrenada para el evento, lo que se evidencia en la falta de preparación física de los participantes
- De manera general, para ellos no es importante ganar el evento. Prima el factor recreativo por encima del competitivo.
- No existe un conocimiento sobre la alimentación y el vestuario adecuado para participar en el evento.
- En ocasiones cometen indisciplinas que van en contra de las normas de seguridad, por no percibir el riesgo.
- Los participantes no tienen cultura sobre el cuidado del medio ambiente.

Este último aspecto confirma que todavía existen dificultades que no favorecen el desarrollo del evento, teniendo en cuenta que no se logra una de las intenciones fundamentales que es aprender a cuidar el medio ambiente, a través de actividades recreativas y competitivas durante los recorridos establecidos en los deportes de aventura.

## **CONCLUSIONES**

Existen variadas modalidades de los deportes de aventura tratadas por la literatura mundial, de las cuales, algunas de ellas se practican en el evento de Baracoa Cuba, en áreas protegidas del Parque nacional Alejandro de Humboldt, en las que debe primar cuatro intenciones aventura, reto, cuidado al entorno y competencia.

Los participantes en el evento de Recreación Física y Deportes de Aventura en Baracoa- Cuba, todavía carecen de conocimientos sobre los deportes de aventura, lo que se evidencia en la poca preparación que poseen durante su participación para enfrentar las difíciles pruebas a las que se enfrentan durante el recorrido.

No se tiene una concepción ambientalista por parte de los participantes en el evento de aventura en Baracoa, lo que es sostenible en las conductas poco respetuosas hacia el entorno natural de las áreas protegidas.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Babbitt Rowland, G. y Franken, R. E. (1990). Sensation seeking and participation in aerobic exercise. En *Journal of Personality and Individual Differences*, 11 (2), 181-183.
- Bouter, L. M., Knipschild, P.C., Feij, J. A. y Volovics, A. (1988). Sensation seeking and injury risk in downhill skiing. En *Journal of Personality and Individual Differences*, 9 (1), 667-673.
- Calhoon, L.L. (1988). Explorations in the biochemistry of sensation seeking. En *Journal of Personality and Individual Differences*, 9(2), 941-949. Campbell, J.B., Tyrrell, J. y Zíngaro, M.
- Cantón, E. y Mayor, L. (1995). The sensation of risk and motivational tendencies in sports: an empirical study. En *Journal of Personality and Individual Differences*, 16(5), 777-786.

- Eysenck, H. J., Nias, D. K. y Cox, D. N. (1982). Sport and personality. En *Advances in Behavior Research and Therapy*, 4, 1-56.
- Freixanet, M. G. I. (1991). Personality profile of subjects engaged in high physical risk sports. En *Journal of Personality and Individual Differences*, 12, 1087-1093.
- F. Guillen (Ed.): *La Psicología del Deporte en España al final del Milenio*. Universidad de las Palmas de Gran Canaria.
- Martin, P. y Priest, S. (1986). Understanding the Adventure Experience. En *Journal of Adventure Education*, 3 (1), 18-21.
- Mendo Hernández, Antonio. (2003) *Psicología del deporte*. Vol.III. Recuperado de <http://www.efdeportes.com>
- Miracle, L. (1994). *Nuevos deportes de aventura y riesgo*. Barcelona: Planeta.
- Sánchez, M. C. (1998). *La búsqueda de sensaciones como variable motivacional mediadora en las conductas de riesgo* (Tesis Doctoral). Universidad de Valencia.
- Stoner, S. y Bandy, M. A. (1977). *Personality traits of females who participate in intercollegiate competition and nonparticipants*. En *Perceptual and Motor Skills*, 45, 332-334.