

Congreso de Educación Física y Ciencias

14º Argentino, 9º Latinoamericano, 1º Internacional

18 al 23 de octubre y del 1 al 4 de diciembre 2021

Departamento
de Educación Física

FaHCE



Gimnasios de la ciudad de La Plata ante pandemia 2020

El regreso después de seis meses de inactividad

Prof. Marcela Alejandra Ochoteco

Departamento de Educación Física. FaHCE- UNLP

marcelaochoteco@gmail.com

Resumen

Este trabajo expone los resultados de una investigación que se desarrolló durante el mes de diciembre del 2020, el mismo, pretende dar a conocer la situación de los gimnasios de La Plata, frente al Aislamiento, Social, Preventivo y Obligatorio, productor de la pandemia por COVID-19. Se analiza la respuesta de los gimnasios ante la situación del ASPO. Se trata de un estudio que presenta la respuesta de los gimnasios de la ciudad, con un relevamiento de datos sobre 35 gimnasios platenses.

Palabras clave: Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio – gimnasios - clases

Introducción

Esta investigación inicia con el análisis del Decreto 297/2020 expedido por el Poder Ejecutivo de la nación, en el que se decreta el aislamiento social, preventivo y obligatorio, publicado el 19 de marzo de 2020 en el Boletín Oficial de la República Argentina y la relación del mismo, con los gimnasios y centros deportivos que debieron permanecer cerrados desde publicado el decreto en marzo de 2020, hasta fines de septiembre del mismo año.

Atravesar esta realidad puso a los Gimnasios, y diversas Instituciones Deportivas, a pensar alternativas para seguir con las clases y que no se pierda continuidad de las prácticas, debido a que el aislamiento tuvo día de inicio, pero un incierto día de finalización.

El trabajo que se presenta, es el resultado de un estudio realizado en un período de tres meses del año 2020 en la ciudad de La Plata. La investigación incluye principalmente el análisis sobre un relevamiento de los gimnasios habilitados, que forman parte de la Cámara de Gimnasios de La Plata. Se trata de un estudio que presenta la respuesta de gimnasios de La Plata, con un relevamiento de datos sobre 35 gimnasios que conforman la cámara platense.

Desarrollo

El 11 de marzo de 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS), declaró el brote del nuevo coronavirus como una pandemia. En consecuencia, el 19 de marzo de 2020 se publica en el Boletín Oficial de la Nación, el Decreto 297/2020¹. Así pues, toda la población debió permanecer aislada en sus hogares.

En esta situación de emergencia sanitaria, se dio el inicio a que los Gimnasios e Instituciones Deportivas habilitados debieron cerrar sus puertas al público en general. Es importante destacar, que estos espacios habilitados, responsables, cumplieron con dicho decreto, otros no². Los gimnasios para atravesar esta realidad, tuvieron la necesidad de reinventarse presentando nuevas y diferentes propuestas de enseñanza para trabajar de manera virtual, ya que la presencialidad se encontraba suspendida. En este punto bisagra, se comenzó poner en alto y estudiar en profundidad, el verdadero aporte de los gimnasios al ofrecer prácticas corporales y los beneficios que acontece realizar actividad física³ para el organismo, otorgando efectos en la salud, y sobre todo entendiendo que los Gimnasios son promotores del bienestar del Cuerpo.

Durante el ASPO se definió, claramente el efecto negativo que tuvieron los meses de aislamiento en los cuerpos de las personas producto del sedentarismo. El regreso a la presencialidad (en septiembre-octubre) con distanciamiento, mostró una rápida respuesta anímica y física por parte de las personas que asisten a estos espacios. Son numerosos los estudios que demuestran los beneficios que generan los correctos planes de ejercicios físicos

¹ <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/227042/20200320>

² Surgió la versión clandestina de abrir a “puertas cerradas”.

³ Se usa el concepto actividad física en el sentido que la OMS se refiere a ese término, indistintamente de ejercicio, prácticas corporales...etc. En esta presentación no se realizará un análisis terminológico, dado que el objetivo del trabajo es otro.

que buscan, por ejemplo: disminuir los riesgos cardiovasculares, obesidad, diabetes, hipertensión y sarcopenia, por enumerar algunos. Estas enfermedades, afectan de manera directa a las personas, y tuvieron un impacto profundo en quienes se contagiaron con el virus, ampliando el cuadro preexistente.

El regreso a clases presenciales

En septiembre, con permiso municipal, se abrieron las puertas de los gimnasios, momento esperado por sus dueños/as y por quienes concurren asiduamente. No fue simplemente contar con la presencia de las personas, sino que también comenzar un débil, pero esperado restablecimiento de la actividad económica para uno de los sectores más castigados. Luego de algo más de 6 meses de inactividad, entre un 20 a 50% de lxs alumnxs retomaron las clases presenciales en los gimnasios, optando también por continuar con las clases que se seguían brindando de manera virtual.

Entre los temas prioritarios que encauzaron la necesaria vuelta a la práctica de actividades deportivas y corporales, se encuentran el sedentarismo y la inmovilidad dado que suele asociarse el sedentarismo a un acercamiento a la morbilidad. Por su parte, la Actividad Física planificada, con la dosificación, el volumen, la frecuencia y la intensidad pensada desde un profesional idóneo; genera efectos corporales abocados a la salud y bienestar de las personas. En la actualidad, la propuesta ya sean presenciales o virtuales de los gimnasios y espacios donde se realizan actividades corporales, no tiene fines estéticos y superficiales, ya que a los mismos asisten alumnxs que necesitan por recomendación médica una gimnasia correctiva, postural, trabajos aeróbicos, de fuerza de flexibilidad y demás planes para cooperar al tratamiento de sus patologías. En los gimnasios se presentan objetivos abocados a la salud y al cuidado del cuerpo y comienza a reconocerse el rol que cumplen los gimnasios, como áreas vitales para contrarrestar los perjuicios físicos psíquicos, emocionales y funcionales que trajo aparejado el aislamiento. Tal es así que se permitió, desde Dirección de Deportes, la apertura con protocolo y con una indicación médica.

Los gimnasios de la ciudad de La Plata presentaron, el 21 de septiembre de 2020 ante las autoridades locales correspondientes, un modelo de reapertura, con prescripción médica y protocolo estricto contra el COVID-10. Las medidas establecidas para el desempeño del protocolo iban desde organizar los espacios para disponer de un distanciamiento apropiado, invertir en alfombras sanitizantes, amonio cuaternario y/o alcohol en gel o alcohol al 70-30%

para la limpieza adecuada, la sanitización del lugar cada turno dado, con el 30% del aforo de la capacidad total del gimnasio, hasta, tomar la temperatura a cada persona que ingrese al lugar, y completar una planilla de declaración jurada. La cifra de inversión era un impedimento para muchos gimnasios de la ciudad. Además, hubo que capacitar a los equipos de trabajo en relación al modo de llevar adelante los protocolos sanitarios y de cómo manifestar la enseñanza y cumplimiento del mismo. Los protocolos fueron bienvenidos tanto por el personal que trabaja en los espacios como también por quienes eligieron volver a realizar prácticas corporales de manera presencial. Esto permitió que el sector pueda retomar la actividad de manera responsable y segura.

El relevamiento que fue realizado a un grupo de propietarios de gimnasios habilitados de la ciudad de La Plata indicó que, cuando las actividades reabrieron bajo estrictos protocolos de sanidad, lo hicieron presentando actividades complementarias y clases en grupos reducidos. Si bien abrir las puertas y comenzar a trabajar ha sido un gran aliciente anímico, el panorama dejó entrever que la recuperación económica para el sector tardaría en llegar; ya que sólo un 3,1% de los encuestados dijo haber superado el 50% de personas que retomaron las actividades y un 96,9% de los gimnasios recibió menos del 50% de alumnos presenciales. En ese contexto el 80% decidió continuar con las clases virtuales.

Los gráficos a continuación, representan una muestra del relevamiento realizado sobre algunos Gimnasios que cuentan con la habilitación en la ciudad de La Plata. El relevamiento se llevó a cabo mediante un documento drive que fue enviado por WhatsApp a todas las instituciones que se encuentran en la cámara de gimnasios y afines de la ciudad.

A pesar del relajamiento en las restricciones presentadas por el gobierno nacional y acatado por las provincias y los municipios, y pese a una baja considerable en el número de contagios por el virus; muchos gimnasios eligieron seguir dando clases en la virtualidad. Algunos de los gimnasios que participaron del relevamiento realizado, fueron: 1870, Acero, Altiva, Base 56, Be, Cabello, Código Fitness, Enaf, Fenix, Forza, Gimnasio 49, Iron Gym, JP Gym, Keiko, Kinisis, La Barra, Le Style, Mash, Meta, Montego, New Family, Olimpo Spa, Ottantuno, Palestra, Salud y Movimiento, Timko y Trento. Los gráficos son de elaboración propia para cumplir con las normas de presentación del trabajo, pero son datos tomados del formulario.

Entre la entrevista que se realizó, con el interrogante si abrieron en septiembre: mes completo, medio mes, o no abrió, el mismo para octubre.

Gráfico 1 - ¿Abrió en septiembre? Respondieron 28 gimnasios.

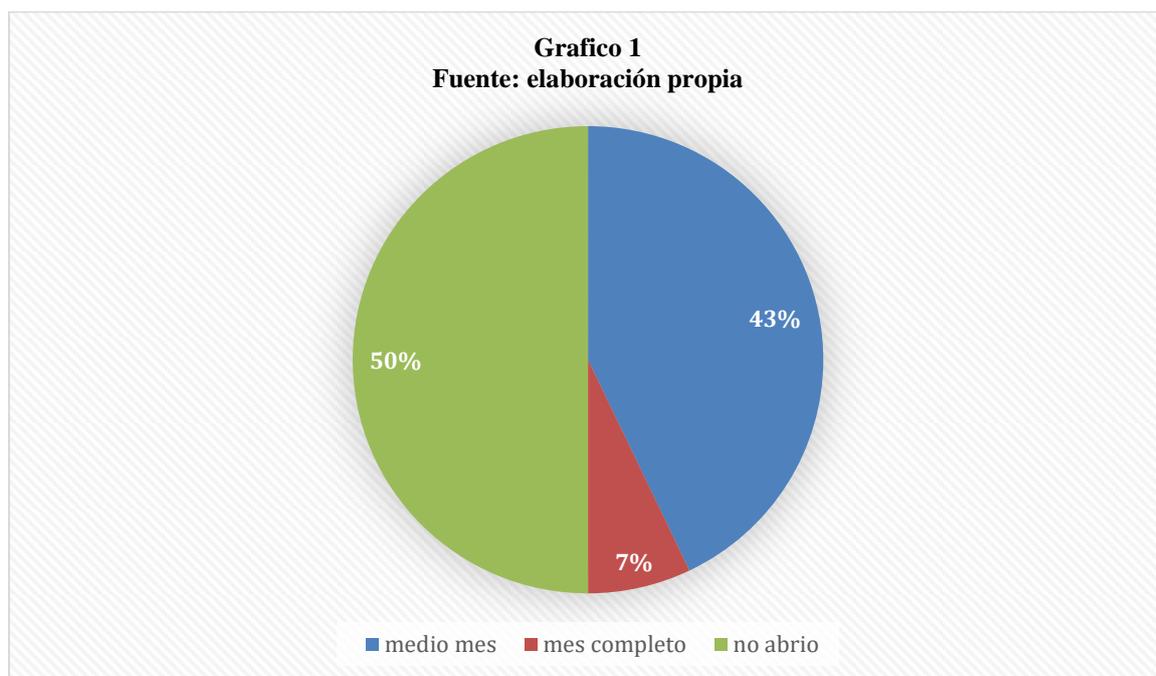
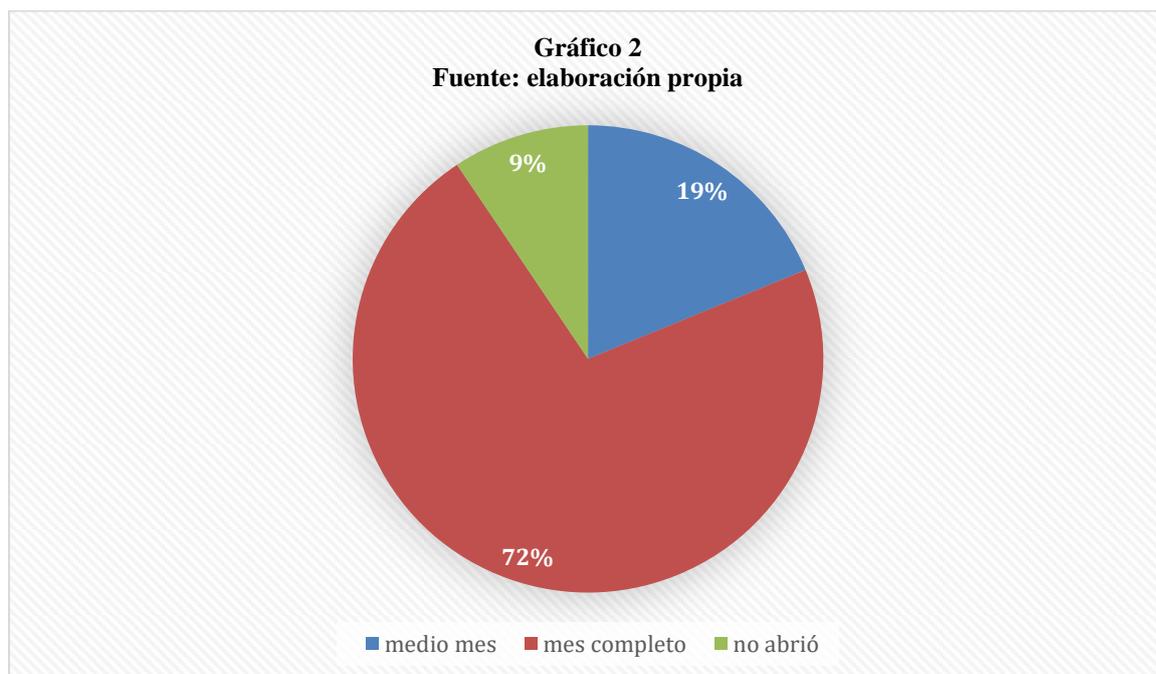


Gráfico 2 - ¿Abrió en Octubre? Respondieron 32 gimnasios de los cuales el 19% abrió medio mes, el 72% mes completo y el 9% aun no abrió por falta de presupuesto para la reapertura, por endeudamiento y por inseguridad de la situación pandémica.



Además, en el formulario virtual para recopilar información, tuvo como punto de análisis hacer un cálculo de la cantidad de personas que retomaron la propuesta del gimnasio en lo

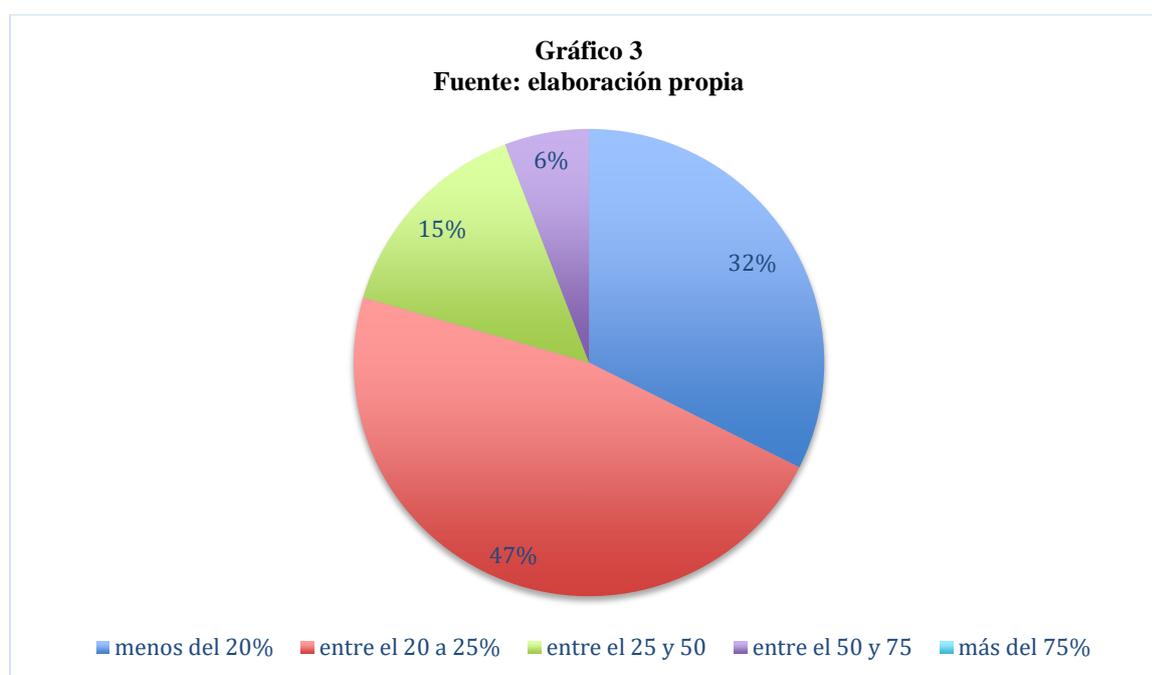
presencial. Dejando claro que en un 41% de los gimnasios de la ciudad de La Plata recuperó la presencialidad de sus propuestas entre un 20 y un 25%. Entre los responsables, entrevistados de gimnasios manifestaron como comentario lo siguiente:

- “tuve que ir a buscar los materiales que había alquilado para volver a las presenciales.” (Caso 2)

-” vendí los elementos finalmente, además, al trabajar en el gim con menos gente me sobraron colchonetas, bandas, pesas, barras, se las dejé para que sigan en línea” (Caso 5)

-” en mi auto recogí el material para volver a las presenciales y la gente me dijo, ¿me las vendes que sigo en línea?” (Caso 22)

Gráfico 3 - Porcentaje de personas que retomaron el gimnasio. Respondieron 34 propietarixs.



Fue muy oportuno con este formulario dar cuenta, de que en los gimnasios el nivel de contagio es casi nulo. Algunxs propietarixs y directorxs de los gimnasios manifestaron lo siguiente:

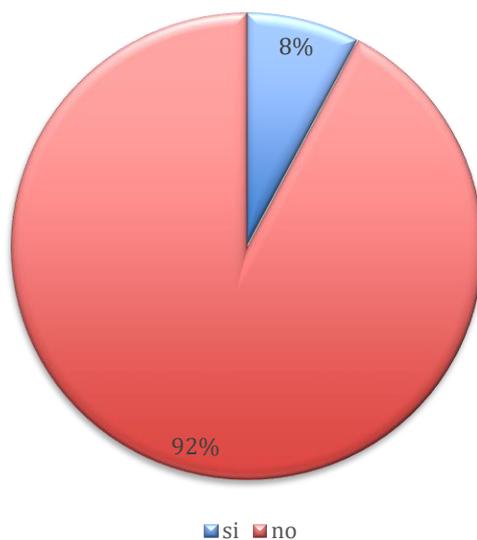
-”la gente, si es caso estrecho, avisa” (Caso 4)

-” los clientes se sienten seguros con la propuesta y no hemos detectado casos estrechos en el gimnasio de Covid19” (Caso 11)

-” están todos con barbijo, a más de dos metros, con todas las ventanas abiertas, es imposible el contagio, los alumnos nos han dicho que se sienten tranquilos en el gim”. (Caso 15)

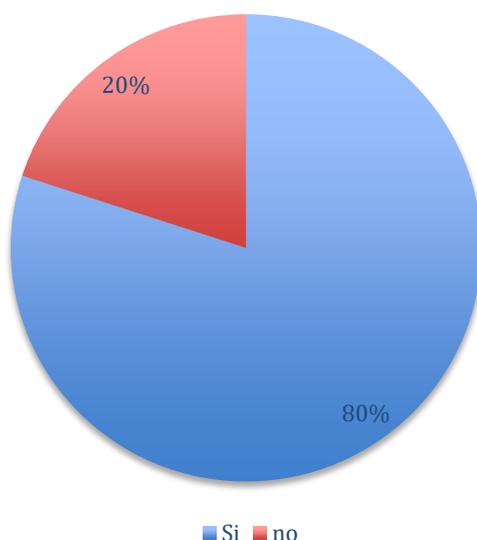
En siguiente se observa el resultado de 35 ante la siguiente pregunta:

Grafico 4 ¿Tuvo algún caso covid positivo?
Fuente: elaboración propia



A continuación, se muestra con la sorprendente respuesta de los gimnasios, que la modalidad virtual estableció un resultado positivo en los efectos físicos de continuidad de los planes de entrenamiento y clases de danzas, pilates o entrenamiento funcional llevados a cabo en la pandemia. Bajo la modalidad virtual, “movete en casa” fue la nueva propuesta comercial. A continuación, el grafico indica la respuesta de 35 gimnasios.

Grafico 5 ¿Piensa seguir con las clases virtuales?
Fuente: elaboración propia



Los gimnasios de la ciudad de La Plata se ocupan de ofrecer la posibilidad de ejercitarse de otro modo, para poder cumplir con el aislamiento y así que los alumnos no caigan en el sedentarismo. Los clientes, ante la situación de no poder concurrir al Gimnasio, aceptaron la modalidad de clases en línea. La virtualidad fue la aliada para poder dar continuidad al ejercicio físico y a los efectos corporales que él mismo acontece. Las clases virtuales en los gimnasios fueron posibles por zoom, por WhatsApp o por sala de Facebook, todas por video llamada ya sea grupal o personalizada, con duplas pedagógicas o con un solo docente; pero los planes de clases se acomodaron al hogar y hasta algunos gimnasios prestaban o alquilaban materiales para sus alumnos. La consecuencia que estableció la pandemia, en determinar cómo se da una clase, deja en evidencia que las herramientas tecnológicas debieron quedar al servicio de los profesionales.

Conclusión

Los gimnasios ante el cierre por el ASPO, de marzo 2020, propusieron a sus alumnos desarrollar su actividad a través de las pantallas siendo éste el nuevo espacio en el cual se llevan a cabo los planes de clases, los sistemas de entrenamientos, las preparaciones físicas de los diferentes deportes y las clases en sí de todas a las prácticas que éstos espacios ofrecen. Y pese a que en septiembre de 2020 surge la posibilidad de aperturas con protocolos, veintiocho de treinta y cinco gimnasios de La Plata decidieron seguir con las clases virtuales. El relevamiento se toma en diciembre de 2020 y da cuenta que, a pesar de poder volver a la presencialidad, las clases virtuales se convirtieron en una modalidad que llegó para quedarse en los gimnasios, ya que las mismas hicieron posible un cuerpo en acción.

Referencias

República Argentina Presidencia. Decretos de Necesidad y Urgencia 260/2020. “Ampliación de la emergencia pública en materia sanitaria establecida en virtud de la pandemia en relación con el coronavirus COVID-19”. (DECNU-2020-260- APN-PTE.). Boletín Oficial de la República Argentina en 12/3/2020. <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/5217883/20200312?busqueda=1&suplemento=1>

República Argentina Presidencia. Decretos de Necesidad y Urgencia 297/2020. 19/3/2020 Aislamiento social preventivo y obligatorio <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/primera/227042/20200320>

