

## Potenciales políticas institucionales y municipales en torno a la Calistenia.

### Ponentes:

- Martínez, Federico Ezequiel. (Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata). [federicomrojo1@gmail.com](mailto:federicomrojo1@gmail.com)
- Vera, Ayrton Rodrigo. (Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata). [ayrton\\_veraa@live.com](mailto:ayrton_veraa@live.com)

### Resumen:

Como estudiantes del Profesorado de Educación Física de la Universidad Nacional de La Plata conformamos un grupo de estudio que aborda la Calistenia desde diferentes enfoques analíticos. A partir de ello, elaboramos esta ponencia con el propósito de reflexionar sobre posibles puentes de articulación política entre el Gran La Plata y la Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de La Plata en relación a la Calistenia. Se entiende que las prácticas corporales urbanas son una herramienta con mucho potencial que contribuye a la socialización y la salud de las personas. En este marco, se puede pensar que la promoción de políticas públicas alienta el desarrollo de estas prácticas en lugares de acceso público y privado para distintos sectores de la sociedad. En relación a ello surgen las preguntas: ¿qué políticas se pueden proponer como educadores del cuerpo? y ¿por qué se debe avanzar sobre ellas?.

Una de las políticas más importantes a desarrollar es la creación de puntos de práctica de la Calistenia distribuidos en distintos espacios abiertos, como por ejemplo plazas o parques, y diversas instituciones de ámbito público y privado.

Los principales puntos por los que se considera que es necesario avanzar en la promoción de la Calistenia como política pública son, por un lado aportar a que pueda ser practicada y enseñada de una manera segura, responsable y reflexiva por Profesionales de Educación Física. Esto es relevante dado que mayoritariamente esta práctica es desarrollada de forma autodidacta por sus practicantes y sin una formación especializada por parte de los profesores.

También es importante destacar que esta práctica puede ocupar el tiempo de ocio de la población y conformar espacios de socialización entre las personas de un mismo barrio, zona o ciudad beneficiando el bienestar social, así como el sentimiento de pertenencia y de colectividad.

Además, se considera que la difusión de las prácticas corporales urbanas como la Calistenia contribuyen a un mejoramiento de la salud de la población, lo cual es valioso en el contexto de aumento de las comorbilidades ligadas al sedentarismo en las sociedades actuales.

Por último, se propone como puntapié inicial la difusión de diferentes proyectos ligados a la práctica de la Calistenia desde la Universidad Nacional de La Plata, favoreciendo la construcción de lazos entre esta institución y la población en general que den lugar a futuros proyectos y permitan retribuir a ésta los recursos que nos confiaron para llevar adelante nuestra formación universitaria en el campo de la Educación Física.

En este sentido, la ponencia pretende reflexionar acerca de las potenciales políticas públicas ligadas a la Calistenia y los beneficios que ello conlleva en la sociedad.

### **Palabras clave:**

Calistenia, Salud, Educación Física, Sociedad, Políticas públicas.

### **Introducción**

La Calistenia es un sistema de entrenamiento en donde se desarrollan ejercicios usando el propio peso corporal, sin la necesidad de utilizar cargas o resistencias adicionales. Esta práctica corporal urbana ha crecido en su realización pero no en un entorno que consideremos seguro y beneficioso. Este crecimiento fue y es en gran parte gracias a la construcción de parques en varios puntos de la ciudad de La Plata, sumado también al desarrollo de políticas públicas como lo fue el programa “Ciudad Saludable”, el cual comenzó en el año 2011 con el propósito de brindar clases y asesoramiento gratuito por parte de profesionales tanto de Educación Física como de la salud en diferentes puntos verdes de la ciudad en pos de favorecer el bienestar y prácticas saludables a los habitantes de la ciudad y sus alrededores (Ferretty,2022). A partir de ello, nos gustaría proponer políticas públicas que impulsen el aprendizaje y la enseñanza de la Calistenia en el Gran La Plata para brindar una continuidad y uso a las instalaciones ya construidas y poder generar diversos beneficios para la población, los cuales, serán detallados a continuación.

## Desarrollo

Nuestro objetivo es, entonces, detallar posibles políticas públicas para que se desarrollen tanto en el nivel municipal (Gran La Plata) como en el nivel institucional (FAHCE-UNLP). Una de ellas es el establecimiento de clases de Calistenia en los puntos donde ya se encuentran construidas estructuras para el desarrollo de su práctica (Por ejemplo en la Plaza Belgrano, Plaza Malvinas Argentinas, etc), considerando además, que muchas de estas instalaciones necesitan una remodelación ya que no cumplen con los estándares para el desarrollo seguro de esta práctica corporal urbana. Estas clases serán brindadas por Profesionales de la Educación Física que les interese la enseñanza de dicha disciplina y tengan, además, cierto conocimiento de la misma, el cual debe ir en aumento en pos de favorecer una enseñanza segura, responsable y reflexiva. Esto último que se menciona nos lleva a proponer una segunda política, la cual está vinculada a la construcción y puesta en funcionamiento de una escuela municipal para la formación de profesores de Calistenia, en la que se capaciten personas para desarrollar clases que contengan las características anteriormente explicitadas. Por último, proponemos una política que impulse un equipo de Calistenia que pueda representar tanto a la Universidad Nacional de La Plata (UNLP) y/o a las localidades del Gran La Plata y que compita en diversos eventos ya sean locales, regionales y/o nacionales.

A partir de la mención de estas propuestas, nos gustaría detallar ahora los beneficios que estas pueden propiciar tanto para la población en general como para las instituciones municipales y universitarias.

Por un lado, al crear estos espacios en diferentes puntos del aglomerado urbano, estaríamos también generando nuevos puestos de trabajo, los cuales podrían ser ocupados tanto por los egresados recientes que tengan poca experiencia, así como también por profesionales con una larga trayectoria a los cuales por varias razones les interese la enseñanza de dicha disciplina, y a su vez al estar la práctica impulsada como una política municipal permitirá que contemos con trabajo registrado donde en otros ámbitos no suceden (por ejemplo los gimnasios). Favoreciendo de esta manera una rápida salida laboral con una oferta muy amplia en términos de espacios, ya que, estas clases se desarrollarán en los múltiples “parques de Calistenia” distribuidos por las distintas localidades de la zona del Gran La Plata. Así como también esta

ventaja va a ser provechosa para que muchas personas de distintas partes tengan una clase relativamente accesible en términos de cercanía.

Desde la perspectiva de la salud, encontramos numerosos beneficios en torno al mejoramiento de la aptitud física, entendiendo que esto es de vital importancia en la situación social actual, donde las enfermedades no transmisibles (como las enfermedades cardiovasculares, la obesidad, la diabetes entre otras) son las que originan más del 60% de las muertes en el mundo. Donde, la mayoría de los factores explicativos de estas enfermedades son biológicos (sobrepeso), conductuales (inactividad física), y determinantes sociales relacionados con el entorno al que pertenecen (Ministerio de Salud de la Nación, 2020). A partir de ello, podemos decir que la generación de estos puntos de ejercicio serían altamente eficaces en torno al mejoramiento de la prevención del tipo de enfermedades antes mencionadas.

Además, la construcción de estos espacios, trae consigo un componente que consideramos vital, y este es el de la socialización. Al llevar a cabo estas clases, las cuales serán de acceso público, estamos propiciando que todo tipo de personas puedan asistir, dejando de lado la importancia de su condición económica, social, etc. Todo esto propicia a que sujetos de distintos contextos sociales puedan construir relaciones favorables con ellos mismos, entre ellos y con el espacio público. Estas relaciones actuarán como facilitadoras en la construcción de un grupo para la competencia en el futuro, el cual represente al municipio en distintos eventos logrando aumentar el alcance de la práctica a mayor cantidad de personas. Además, esta política también podrá funcionar como disparador en otras zonas urbanas y/o instituciones.

## Conclusiones

Entendemos que la implementación de estas políticas debe ser de forma consecutiva y gradual a medida de que la práctica vaya cobrando cada vez más relevancia. Ya que, si bien la Calistenia ha incrementado significativamente su popularidad en la última década, también somos conscientes de que es una práctica relativamente nueva para la población en general. Además, concibe con ella muchas problemáticas en torno a la realización de su práctica como por ejemplo, la falta de bibliografía acerca de metodologías de enseñanza, así como también la escasez de espacios de práctica formal y de estructuras adecuadas. Por todo ello, pensamos que hay que proyectarla a largo plazo y entenderla como una potencial práctica de concurrencia masiva que propicie los beneficios anteriormente detallados.

Dado que nuestra formación profesional fue gracias a los recursos públicos invertidos en educación, al generar este tipo de proyectos buscamos retribuir a la población los medios que nos fueron confiados.

## Referencias

Argentina, Ministerio de Salud de la Nación. (2020). Estrategia Nacional para la Prevención y Control de las Enfermedades Crónicas no Transmisibles. Recuperado de [http://www.infoleg.gob.ar/basehome/actos\\_gobierno/actosdegobierno9-11-2009-1.htm#:~:text=Las%20Enfermedades%20no%20Transmisibles%20](http://www.infoleg.gob.ar/basehome/actos_gobierno/actosdegobierno9-11-2009-1.htm#:~:text=Las%20Enfermedades%20no%20Transmisibles%20)

Ferretty, E. (2023). *La ciudad encarnada: la producción de lo público-urbano a través del ocio en La Plata (2009-2016)* (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de La Plata).