

EL DEPORTE DE LA LIBERTAD

Deporte y reinserción social de la población penitenciaria en Andalucía

SPORTS OF FREEDOM

Sports and social adjustment of inmates in Andalusian prisons

David Moscoso, Antonio Pérez, Víctor Muñoz y Manuel González

dmoscoso@upo.es ; amperflo@upo.es ; mtgonfer@upo.es

Universidad Pablo de Olavide

Luis Rodríguez-Morcill lrodriguez@iesa.csic.es o

Instituto de Estudios Sociales Avanzados, IESA-CSIC

RESUMEN

El presente artículo analiza la influencia del deporte en la reinserción social de la población reclusa, centrándose en los resultados obtenidos a través de un estudio realizado por la Universidad Pablo de Olavide (UPO) mediante una ayuda concedida por el Consejo Superior de Deportes (CSD) (Ref. 38/UPB20/10). Para su desarrollo, se llevó a cabo un conjunto de entrevistas individuales en profundidad a informantes cualificados y microrrelatos de vida entre reclusos de los centros penitenciarios de Andalucía. Los resultados confirman la importancia del deporte en la rehabilitación social de la población reclusa, así como su influencia sobre la salud física, psíquica y emocional.

PALABRAS CLAVE: Práctica deportiva, reinserción social, salud física, psíquica y emocional, centros penitenciarios, Andalucía.

ABSTRACT

This paper is an analysis of the influence of sports on the social integration of inmates in Andalusian prisons, focusing on results obtained from a study carried on by the University Pablo de Olavide, through a grant awarded by the Consejo Superior de Deportes (High Council of Sports). It was made through a series of in-depth individual interviews with qualified informants and microstories of inmates in such prisons. The results confirm the importance of sports in socialization and social rehabilitation of inmates, as well as its influence on the physical health, psychic and emotional changes in attitudes and values for the social integration of this population.

KEY WORDS: Sports, social reintegration, physical health psychic and emotional, prisons, Andalucía.

1. Introducción

La Organización No Gubernamental “Centro de Iniciativas para la Cooperación BATÁ” viene desarrollando desde junio de 1998 un Programa de Dinamización Deportiva en los Centros Penitenciarios de Andalucía. En este recorrido, el Programa ha conseguido consolidarse en todos los centros², desarrollando un conjunto global e integral de actividades focalizadas en la promoción deportiva, la formación, la competición entre equipos y la celebración de encuentros intermodulares, así como la realización de actividades deportivas de naturaleza fuera de estos centros, que son coordinadas por una unidad de 12 técnicos deportivos.

En este tiempo, muchos de los técnicos y el personal vinculados al desarrollo de este programa han expresado una opinión favorable acerca del papel que el deporte ejerce en la cárcel. Por lo tanto, parecen compartir la creencia de que las actividades deportivas desarrolladas en los centros penitenciarios pueden favorecer un cambio positivo de actitudes y comportamientos entre la población reclusa. Pese a ello, se carece de evidencias válidas y fiables, basadas en la observación empírica, que sostengan con rigor esas creencias. Hete aquí la necesidad de contrastar empíricamente esta relación, en principio positiva, entre práctica deportiva y reinserción social, cifándonos al caso particular de los centros penitenciarios de Andalucía. Los resultados tienen una gran utilidad como experiencia demostrativa para el sistema penitenciario en otras comunidades autónomas españolas.

Pese a los escasos estudios existentes, la literatura científica revisada induce a pensar que en el rol jugado por el deporte y la recreación podemos encontrar beneficios para la reinserción vinculados a la estrategia de ofrecer cierta libertad de asociación a los presos (Hagan, 1989), como se demostró en los años sesenta en un estudio conocido por “*Experimento de Bristol*”. Para su autor,

“la introducción de las actividades deportivas es una consecuencia más del cambio de papel asignado a las prisiones cuando pasaron de ser centros de castigo y revancha a centros orientados a la rehabilitación social” (cit. Martos et. al., 2009: 392).

En este sentido, la situación en el Estado español no es diferente, pues, como podemos contemplar en el artículo 25.2 de su Constitución, las prisiones se encuentran diseñadas para reeducar y reinsertar en la sociedad a las personas condenadas. Así estaba contemplado en la Ley Orgánica General Penitenciaria (L.O.G.P., 1979), donde se hacía referencia a la potencialidad de las instalaciones y las actividades deportivas, y así lo seguía estando en el Reglamento Penitenciario de 1996 (Artículo 131 “Actividades Socioculturales y Deportivas”), en el que se aludía a la conveniencia de implantar estas actividades para el desarrollo integral de las personas encarceladas.

No obstante, según lo expresado en los textos legales, resulta desalentadora la escasa producción sobre este asunto en el ámbito científico. En efecto, son pocas las contribuciones que se han realizado sobre la función que juega esta actividad entre las personas encarceladas. En este sentido, como apuntan algunos autores (*Ibid.*: 393), aludiendo a un trabajo de Rhodes,

2 C.P. “El Acebuche” (Almería), C.P. “Puerto I” (Pto. de Sta. María, Cádiz), C.P. “Puerto II” (Pto. Sta. María, Cádiz), C.P. “Botafuegos” (Algeciras, Cádiz), C.P. “Córdoba” (Córdoba), C.P. “Albolote” (Albolote, Granada), C.P. “Huelva” (Huelva), C.P. “Jaén” (Jaén), C.P. “Alhaurín de la Torre” (Alaurín de la Torre, Málaga), C.P. “Hospital Psiquiátrico” (Sevilla), C.P. “Alcalá de Guadaíra” (Alcalá de Guadaíra, Sevilla) y C.P. “Sevilla” (Sevilla).

los obstáculos y las dificultades por hacer investigación en las prisiones no debería frenar a los investigadores sociales, si de verdad quieren comprender los significados presentes en estas instituciones y desafiar el lenguaje, los símbolos y las prácticas sociales que mantienen el sufrimiento y el castigo dentro del sistema penitenciario.

Precisamente, la investigación en la que se basa este trabajo³ pretende arrojar luz al respecto. El objetivo que persigue es conocer cómo el deporte puede favorecer el crecimiento personal de los internos, la mejora de sus capacidades y habilidades sociales y laborales y la superación de los factores conductuales o de exclusión que motivaron las conductas criminales. Para ello, se diseñó un estudio de corte cualitativo, empleando dos técnicas de investigación. Por un lado, entrevistas en profundidad con personal penitenciario y la plantilla de la Fundación Batá relacionada con el desarrollo del programa deportivo. Por otro lado, entrevistas realizadas bajo la técnica de relatos biográficos a internos deportistas de diferentes centros penitenciarios de Andalucía.

Las técnicas de investigación utilizadas se han orientado hacia los objetivos específicos planteados en la investigación general, que tratan de conocer cómo contribuye la actividad deportiva a la rehabilitación social de los internos, cuáles son los beneficios sanitarios que les aporta, la influencia de la actividad deportiva en el cambio de actitudes y valores, en las relaciones sociales, en el aumento de la autoestima y en las posibilidades de integración social de los internos.

Los resultados que se presentan en este trabajo son, además, los correspondientes a dos perspectivas sobre la cuestión que se pueden comparar y complementar. Por un lado, la perspectiva de los informantes cualificados, que —desde una posición formal— representan una visión externa de la evolución de los internos. Por otro lado, la perspectiva de una muestra de internos deportistas, que aportan una visión subjetiva de su propia experiencia personal y de la influencia del deporte en sus vidas penitenciarias. La comparación y complementación de los discursos obtenidos con ambas técnicas proporciona un conocimiento que permite inferir hasta qué punto, en la evolución del proceso penitenciario, la aplicación del deporte como actividad terapéutico-asistencial, por parte de los profesionales de los centros penitenciarios, está resultando positiva o no para los internos deportistas. O más bien, hasta qué punto los internos interiorizan los objetivos terapéutico-asistenciales del deporte y hasta qué punto lo practican con un sentido adecuado al fin de la reducción social y la reinserción social del sistema penitenciario.

2. Antecedentes: el deporte como elemento de reinserción social

El desarrollo investigador sobre la capacidad del deporte para la reinserción social de la población reclusa no ha sido muy prolijo en los últimos años, siendo pocas las

3 Quisiéramos agradecer en estas páginas a Eduardo Moyano, Director del Instituto de Estudios Sociales Avanzados (IESA-CSIC); a Francisco Javier Zafra, Vicepresidente de la Fundación para la Cooperación CIC BATÁ; a Rafael Garrido, Responsable del Programa y a los técnicos del mismo que trabajan en los diferentes centros penitenciarios; a los responsables y profesionales de estos centros; y, en especial, a los internos e internas que han participado en nuestra investigación, toda su colaboración para hacer posible el desarrollo de este estudio, durante la preparación del trabajo de campo y la selección de la muestra de informantes, cuanto durante la ejecución del mismo y el relato de sus testimonios.

investigaciones que tratan de lleno esta temática. Analizando las que se han llevado a cabo en el pasado, podemos agruparlas en cuatro grandes grupos: 1) Las que indagan sobre los beneficios de la práctica deportiva en centros penitenciarios; 2) las que exploran la influencia de la práctica deportiva en centros penitenciarios en la formación del carácter; 3) las que entienden el deporte en las prisiones como una forma de control social; y 4) las investigaciones acerca del deporte femenino en penitenciarías. La mayor parte de estas investigaciones examinan los beneficios físicos, psíquicos y relacionales, que aporta la práctica deportiva entre la población reclusa.

Como ejemplo señero de las investigaciones centradas en sus *repercusiones físicas*, podemos citar los de Hagan (1989), Mortimer (1999), Wagner, Mabride y Crouse (1999) y Courtenay y Sabo (2001), quienes exponen la relación positiva entre la práctica del ejercicio físico y la obtención de metas de salud por parte de los reclusos. En esta misma línea, otros autores (Hagan, 1989; Chevy, Aoun y Clement, 1992; Negro, 1995) aseguran que los programas deportivos penitenciarios mejoran la calidad de vida de la población reclusa. En este mismo orden, pero de forma más específica, existen estudios que ponen de relieve la importancia del deporte igualmente como elemento de prevención y abandono del consumo de sustancias tóxicas entre la población reclusa, sustituyendo estos hábitos por otros que contribuyen a la mejora de sus condiciones de salud (Hitchcock, 1990; Chamorro, Blasco y Palenzuela, 1998; Castillo, 2004).

En relación a su incidencia a un *nivel psíquico*, destaca el estudio realizado por Sabo (2001) sobre la forma como el deporte se convierte en un importante recurso para los presos, a la hora de ocupar su tiempo de reclusión en los centros penitenciarios. En efecto, el encierro implica una serie de consecuencias negativas para el preso debido al aislamiento, que pueden ser compensadas mediante la práctica deportiva, puesto que hacer deporte, según algunos de estos estudios (Courtenay y Sabo, 2001, Manzanos, 1992; Valverde, 1991), supone un modo de liberación para aquél, pudiendo así experimentar sensación de libertad. A este respecto, resulta destacable el estudio realizado por Grayzel (1978), en el que se señalaba que el aburrimiento podría resultar el peor de los castigos para los internos y un foco de problemas de convivencia en los centros penitenciarios.

No es menos relevante, en esta misma línea, la preocupación por los efectos nocivos del aislamiento, sobre lo que Elger (2009), por ejemplo, ha estudiado el padecimiento de insomnio en los procesos de reclusión, recomendando en sus conclusiones la práctica del deporte entre los reclusos para contrarrestar su alto nivel de estrés. Y es que, precisamente, el deporte dota de importantes beneficios psicológicos a los presos, ya que les proporciona una forma de liberación (física y psicológica) ante la situación de confinamiento (Cudd, 1978; Strandberg, 2004).

En cuanto a los beneficios *relacionales* de los programas deportivos, destacan los estudios realizados sobre su papel de rehabilitación social y de control social (O'Morrow y Reynolds, 1989). Así, por ejemplo, en los años setenta, Boice (1972) y Morohoshi (1976) analizaron los beneficios que proporciona a los presos el poder relacionarse mediante el deporte con población no reclusa, relaciones que señalan como muy positivas —de ahí que llamen a la participación del voluntariado en las instituciones penitenciarias, con el fin de favorecer su desarrollo. Por su parte, Long (1983) y Middlenton (1983) analizaron, en las prisiones norteamericanas y de Inglaterra respectivamente, la forma como incide en la vida de los reclusos el despojarse del uniforme penitenciario durante el tiempo de práctica deportiva. El caso es que en muchos países los reclusos están obligados a llevar uniforme y sólo cuando realizan prácticas deportivas

pueden dejar de utilizarlos sustituyéndolos por ropa deportiva, lo que supone para éstos volver a sentirse como persona en libertad durante ese tiempo. En menor medida encontramos investigaciones centradas en el modo como el deporte puede intervenir en la socialización de los presos y en la formación del carácter en las penitenciarías. El deporte transmite valores y éstos pueden ser transferidos a la vida cotidiana; valores que pueden ser deseables o indeseables dependiendo del tipo de relaciones interpersonales que se den en su práctica (Devís, 1995; Gutiérrez, 2003).

En torno a esta misma relación, el investigador DeMaeyer (2009) realizó un estudio donde se demostraba cómo el sistema penitenciario puede ser reconvertido en un medio constante de educación personal para los presos. En este sentido, existe una fuerte corriente que presenta al deporte como un elemento de resocialización del carácter de forma positiva. No obstante, también encontramos en la literatura evidencias de lo contrario, como se constata en el trabajo de Drinkwater (1980), quien explica que los ejercicios físicos y el deporte pueden llegar a promover violencia, así como otros comportamientos antisociales. También lo hace Otto (2009), quien estudia los comportamientos delictivos de atletas en Estados Unidos, aportando cifras sorprendentes sobre el número de deportistas denunciados y el tipo de delitos cometidos por éstos —sobre todo por futbolistas— (desde el consumo de drogas a agresiones sexuales).

Con todo, parece ser que, dependiendo de si en los programas deportivos penitenciarios se establecen o no estrategias metodológicas para la enseñanza y se establecen claros objetivos sobre su aplicación, se obtendrán resultados satisfactorios de esta actividad en la línea apuntada antes o, al contrario, se irá en la dirección menos deseable, limitándose a servir como una herramienta de control social dentro de la prisión y no en un instrumento para la socialización. Y lo cierto es que, según revelan algunas investigaciones (Grayzel, 1978; Martos, Devís y Andrew, 2009), cuando estos programas carecen de valor pedagógico, lo que prevalece en ellos es una clara función de control social, al convertirse la práctica deportiva en parte del modelo de recompensas y castigos del sistema penitenciario.

En España también se han realizado algunas investigaciones en esta línea (Castillo, 2004 y 2005), en las cuales se estudiaban programas deportivos dotados de un claro contenido metodológico y técnico en su aplicación y con resultados satisfactorios entre la población reclusa, y también otras (Martos, Devís y Andrew, 2009) en las que se estudiaban programas justamente contrarios, por carecer de intención alguna de promover valores entre la población reclusa.

3. Una incursión por la realidad de la práctica deportiva en la cárcel

Para ahondar en el esclarecimiento de esta relación que venimos tratando, en el marco de la investigación que se apuntaba en la introducción, nos planteamos comprobar empíricamente la influencia que la actividad física y deportiva ejerce sobre la población reclusa. En particular, nos interesaba responder a las siguientes incógnitas: conocer el modo en que el deporte puede favorecer el proceso de socialización como instrumento de rehabilitación social entre este colectivo de personas; analizar los beneficios de la práctica de la actividad física y deportiva en relación al deterioro de la salud y la prevención de patologías propias de esta población; y, por último, estudiar el cambio de actitudes y valores con los que el deporte puede contribuir a la integración social, al favorecer el encuentro interpersonal y la mejora de la autoestima.

Para lograr esta tarea, el planteamiento metodológico de nuestra investigación tuvo un carácter eminentemente cualitativo, utilizando dos técnicas propias de este método, a saber: la entrevista en profundidad y el relato biográfico.

En cuanto a las *entrevistas en profundidad*, éstas se realizaron a informantes cualificados (técnicos, psicólogos, trabajadores sociales y responsables de centros penitenciarios), personas que desempeñan labores en los distintos centros penitenciarios andaluces y otras que se encuentran relacionadas directamente con el programa deportivo penitenciario que se ejecuta en estos centros. En la tabla 1 se detalla el perfil de los informantes entrevistados.

Tabla 1. Entrevista a Personal de Centros y Programa Deportivo

Centro	Cargo	Fecha Entrevista
Fundación CIC BATÁ	Responsable del programa de CIC BATÁ	03/05/10
Centro Penitenciario	Subdirector de Tratamiento	24/05/10
Centro Penitenciario	Médico	11/05/10
C Centro Penitenciario	Monitor CIC BATÁ	05/05/10
Centro Penitenciario	Funcionario deportivo	17/05/10
Centro Penitenciario	Trabajador Social	06/05/10

Fuente: Elaboración propia.

El propósito de las entrevistas individuales en este estudio fue que cada entrevistado proporcionara una información específica de las actividades deportivas y de su influencia en la política de tratamiento y reinserción de los centros penitenciarios. No en vano, los informantes entrevistados mantienen distintas perspectivas sobre la ejecución del programa y de sus efectos en los internos.

El tipo de informaciones que se derivaron de estas entrevistas versaron sobre la gestación, los objetivos del programa deportivo y los obstáculos encontrados en su desarrollo; la implementación del programa, la orientación con la que lo desarrollan y cómo lo adaptan al régimen de vida cotidiana los centros penitenciarios; las cuestiones organizativas relacionadas con el programa y la relación directa con los reclusos; la ubicación del programa en la política general penitenciaria; la perspectiva del programa deportivo en el marco de otros servicios de los centros penitenciarios y los efectos que tiene la actividad deportiva en la situación social y personal de la población reclusa —también en las relaciones familiares y externas—; y, por último, la opinión de los diversos informantes cualificados acerca de los efectos directos en la salud física y mental y en los hábitos de higiene de esta población.

Con respecto a los *relatos biográficos*, éstos se produjeron entre una muestra de internos representativa de los tipos más habituales en los centros penitenciarios andaluces. Para ello, se tomó como un requisito general que estuvieran cumpliendo condena en el centro desde al menos un año, que se encontraran penados por una condena firme y que realizaran actividad deportiva habitualmente.

La descripción estadística penitenciaria a nivel nacional sirvió como base para diseñar la muestra con la que quisimos recoger los discursos acerca de la influencia del deporte en sus vidas en general y en particular en los centros penitenciarios. Los tipos diseñados son de los más numerosos que existen en los centros penitenciarios, ubicándolos en diferentes contextos penitenciarios y/o penales. Los 11 internos

seleccionados se caracterizaron mediante una combinación de variables que consideramos estratégicamente relevantes (ver tabla 2), aunque en todo caso coherentes con su realidad estadística en estos centros. La clasificación penitenciaria, el sexo, la edad y el delito cometido⁴ fueron las variables consideradas y, una vez diseñado el tipo, éste se ubicó para ser contactado en aquellos centros penitenciarios en los que se estimaba que podrían ser localizados con mayor facilidad. Para ello, se clasificaron los centros en tres tipos, según su nivel de saturación⁵, una clasificación que también implicaba incluir como informantes a internos del Hospital Psiquiátrico Penitenciario.

Tabla 2. Muestra real de internos entrevistados

Nº	Centro Penitenciario	Sexo	Nacionalidad	Pena	Edad	Enfermedad mental	Delito
1	1er. Grado	H	Española	1º	32	No	Homicidio y lesiones
2	Baja	H	Española	2º	3?	No	Drogas
3	Media	H	Marroquí y española	2º	40	No	Otros
4	Media	M	Española	2º	34	No	Patrimonio
5	Media	H	Española	2º	38	No	Sexual
6	Baja	H	Española	2º	20	Ludópata	Patrimonio
7	Alta	H	Boliviana	2º	24	No	Sexual y/o lesiones
8	Mujeres	M	Española	3º	31	No	Drogas
9	H. Psiquiátrico	H	Española	-	40	Trastorno personalidad	Res. Familiar
10	H. Psiquiátrico	H	Española	-	43	Psicótico	Res. Familiares
11	Alta	H	Española	3º	44	No	Drogas

Fuente: Elaboración propia.

Para facilitar la mejor comprensión de los resultados que se presentan a continuación, describiremos brevemente las características personales y sociodemográficas de los internos entrevistados.

- 4 Con la variable delito cometido, el objetivo marcado en el diseño era contar en conjunto con una variedad de tipos delictivos. De esta forma, se aseguraba que estuvieran presentes en la muestra los delitos más frecuentes por los que están condenados los internos, para así diversificar la muestra y evitar la presencia destacada en ésta de un tipo de delito, ya que presumíamos que a cada delito puede corresponderle una personalidad arquetípica que sirva para explicar en parte las diferencias en el efecto del deporte sobre cada interno.
- 5 Dado que, según las cifras estadísticas disponibles en el momento del diseño, todos los centros andaluces tienen una ocupación superior a su capacidad estipulada, se han dividido éstos por su nivel de saturación en centros de baja saturación (hasta un 150% de exceso de ocupación), saturación media (entre 150% y 200% de ocupación) y saturación alta (más del 200% de ocupación).

- La mayoría de los internos entrevistados proviene de familias de clase media-baja y suelen ser hijos de padres que trabajan en empleos con baja cualificación y madres dedicadas al hogar.
- Son personas que, en general, al ingresar en la cárcel estaban casadas o emparejadas y con hijos.
- El nivel académico y su inicial trayectoria laboral son generalmente de muy baja cualificación.
- Las precarias situaciones laborales y familiares tienen una relación muy clara con la adicción a las drogas o con la desestructuración personal que produce la enfermedad mental.
- Por último, parece que los entrevistados tuvieron en su mayoría una experiencia previa en la práctica del deporte, lo que puede que influyera en su mayor predisposición por realizarlo en la cárcel.

4. Los efectos de la actividad física y el deporte en la población reclusa

Como venimos defendiendo, a tenor de la literatura existente y la experiencia acumulada en el Programa de Dinamización Deportiva en los Centros Penitenciarios de Andalucía, el deporte continuado en los centros penitenciarios tiene una incidencia positiva sobre los internos. El estudio realizado prueba de facto esta hipótesis, como se evidencia a continuación. Con el deporte, los internos se resocializan y adquieren habilidades personales, mejoran las relaciones sociales, aprenden hábitos saludables y modelan sus actitudes. Precisamente, el cambio de actitudes es consecuencia de la resocialización que experimentan los internos y también una esperanza de integración social cuando recobren la libertad. En síntesis, se puede afirmar que el deporte favorece de manera importante el objetivo de regeneración y de reinserción social que se ha marcado el sistema penitenciario. Obviamente, el deporte no es el único factor que contribuye a que ese objetivo se cumpla, pues en el tratamiento penitenciario se desarrollan otras actividades formativas y de reeducación.

4.1. La socialización y la rehabilitación social de los internos

En el estudio realizado, la percepción que manifiestan los internos y los informantes cualificados sobre la actividad deportiva permite afirmar que hay congruencia entre la perspectiva formal y externa a los sujetos de experiencia y la percepción de la perspectiva informal y subjetiva de los propios sujetos de experiencia.

Con respecto a los *informantes cualificados*, todos reconocen que la actividad deportiva es un proceso que se utiliza en la institución penitenciaria con el objetivo general de aumentar el éxito de la reeducación y rehabilitación de los internos. Y ello es así porque creen que el deporte favorece dos logros fundamentales: el primero es facilitar que los internos estructuren sus vidas en función del régimen penitenciario y el segundo que canalicen su agresividad —muchas veces incrementada por su frustración al ser reclusos a la fuerza.

Ambos logros son posibles, en opinión de los profesionales, porque la actividad deportiva consiste en una especie de *role playing* (juego de rol) que se desenvuelve representando roles y, por tanto, emulando el funcionamiento en el seno de cualquier entidad social. Los internos adoptan roles y se acostumbran a cumplir las normas del

juego y a acatar la autoridad del árbitro y del monitor deportivo. Este hecho es manifiesto en deportes de contacto como las artes marciales, los distintos tipos de lucha y el pugilato. Recordemos que en las prisiones modelos los presos que están internos en los módulos de mayor seguridad suelen elegir prácticas deportivas de contacto como las artes marciales o la lucha canaria. En estos deportes las manifestaciones agresivas solo pueden ser desarrolladas en un espacio físico determinado “tatami” o “ring”, y bajo unas reglas determinadas que, en última estancia, siempre protegen la integridad física de los participantes. En el caso del boxeo, en cuanto queda patente la superioridad de uno de los contrincantes se detiene el combate, ya que la finalidad no es realizar una exhibición de violencia gratuita. En definitiva, mediante la práctica del deporte sus practicantes aprenden a sublimar de algún modo sus conductas agresivas a reglas y normas (que castigan no tanto la agresividad como la violencia) en un contexto y espacio determinados. En este sentido, podemos decir que en el deporte encontramos un proceso de “racionalización de la violencia” en el que es posible realizar una readaptación funcional de las conductas agresivas de algunos de sus practicantes, en este caso referida a la población penitenciaria. Estas conductas agresivas, que se reconducen mediante la práctica del deporte, pueden acabar siendo instrumentales y dotar al practicante de otros muchos beneficios, además de la contención física y emocional. Mismamente, por medio de ese juego de roles se establecen relaciones sociales con los compañeros, de lo que se desprende un efecto multiplicador para su integración en cualquier otra esfera social o personal. Estos roles implican unas habilidades sociales que contrastan con las habilidades sociales con las que fueron encarcelados —más bien individualistas y orientadas a la obtención de resultados inmediatos. Pero el paso de un tipo de habilidades a otras no puede hacerse de manera inmediata, sino que se produce sólo después de una actividad deportiva prolongada.

Por su parte, la información recogida en los *relatos* de los internos confirma y completa esta perspectiva aportada por los informantes cualificados. Los internos relataron los cambios experimentados con la actividad deportiva, los cuales se refieren a tres aspectos de su socialización.

El primero fue adaptarse al centro penitenciario. El interno supera con esta adaptación el choque emocional y conductual que significa el ingreso en el centro, porque le ayuda a interiorizar las rutinas del centro, a superar la ansiedad inicial y a salir de su aislamiento, a ocupar su tiempo libre y, por tanto, a olvidarse de la condena pendiente, y, por último, a potenciar la voluntad libremente formulada de regenerarse en el centro, sobre todo abandonando el consumo de drogas.

El segundo aspecto mencionado por los internos es que el deporte practicado en las cárceles ha tenido un efecto mayor en la cuantía y calidad de sus relaciones sociales. Los internos creen que en lo que más les ha ayudado el deporte practicado en la cárcel es a establecer relaciones con los funcionarios y a aumentar su reconocimiento de la autoridad; a eludir o solucionar de forma pacífica los conflictos relacionales; y a facilitar su transición a la libertad a través de las salidas al exterior del centro.

El tercer aspecto esgrimido por los internos hacía alusión al desarrollo de habilidades sociales. Como las habilidades de relación social son una condición necesaria para el desarrollo de una acción orientada a objetivos suelen ser de gran importancia para los internos. Con el deporte los internos se hacen más asertivos: reducen su agresividad hacia los demás, aceptan las valoraciones externas, aumentan su capacidad para llegar a acuerdos con otros, o aumentan su capacidad de proyectarse externa-

mente. Aumentan también el deseo del interno de pertenecer a un grupo, se someten con agrado y aceptan el control social externo.

Otro conjunto de habilidades relacionales tienen que ver con la autoorganización y la capacidad de resolución de conflictos, lo que presupone haber interiorizado el respeto y reconocimiento de los demás, que se desarrolla con el intercambio de conocimientos y roles que tienen lugar en la actividad deportiva relacional. Así, el deporte potencia relaciones lúdicas y afectuosas, facilita asumir la disciplina, desarrolla el espíritu de superación personal y colectiva, modera el egoísmo o la introversión y permite desarrollar estrategias de acción, el cálculo de costes y beneficios y el intercambio de conocimientos.

En definitiva, desde ambas perspectivas (externa y subjetiva) se comparte que el interno vive en el centro un proceso de socialización o resocialización que parte de la organización general del régimen penitenciario y que la actividad deportiva ayuda a profundizar. El régimen introduce un principio de orden en la vida desestructurada de los internos y estructura sus vidas por mor de las rutinas cotidianas que establece, y la actividad deportiva continúa ese proceso, porque la gratificación lúdica que produce al interno aumenta la tolerancia a las personas y a las normas. El deporte también ayuda a retomar la vieja socialización positiva que hayan tenido los internos en algún momento de su vida y a interiorizar el respeto a las normas de juego (como símbolo de las normas sociales de todo tipo). Distribuye roles funcionales y vocacionales entre los internos, incrementa las relaciones sociales y, por último, ayuda a adquirir habilidades de relación intraorganizacional (designación o cooptación de roles simples o múltiples, aprendizaje e interiorización de normas de la organización, aprendizaje de los procesos de actividad y estimación de costes y beneficios) y extraorganizacional (aprendizaje de normas de relación jurídico-administrativas y de relación con autoridad y población general).

4.2. La influencia del deporte en la salud

El deporte como actividad física proporciona mejoras ostensibles en la salud física y psíquica de los internos, y como actividad relacional orientada al logro mejora aún más la percepción subjetiva de la salud psíquica.

En esta línea, la opinión de los *informantes cualificados* sobre los beneficios físicos de los internos que realizan deporte es evidente. Observan que estos internos tienen mejor movilidad y un aspecto más saludable, sobre todo entre los que padecen enfermedades. También advierten la mejora de las conductas higiénicas, que además de mejorar su salud, pone de manifiesto que han interiorizado la necesidad de contemplar la salud como un objetivo más en su vida cotidiana. Y también señalan el éxito relativo del deporte a la hora de ayudar a la desintoxicación de internos drogodependientes —proporcionalmente más positiva que entre los internos drogodependientes que no realizan deporte.

En cuanto a la mejora psíquica de los internos, los informantes cualificados la cifran a la reducción del estrés y la ansiedad y a la tolerancia al transcurso del tiempo. Constatan que la mejora tiene efectos más patentes en aquellos internos que padecen un trastorno mental menor que entre los que tienen enfermedades mentales crónicas. Esto es importante, puesto que de algún modo son muchos los internos que tienen algún tipo de trastorno psíquico como consecuencia de la reclusión y, por tanto, se pueden beneficiar mucho con el deporte y recuperar la salud psíquica sin necesidad de acudir a los tratamientos médico-terapéuticos, que sí son necesarios para los enfermos crónicos.

Los *internos entrevistados*, por su parte, han dado más detalles de los beneficios de salud que produce el deporte. Algunos de los beneficios que destacan son que el deporte les permite mantenerse en forma y mejora la movilidad corporal, debido a que proporciona mayor elasticidad y fuerza corporal, mejora la función respiratoria y la sensibilidad de los sentidos y, así, las respuestas corporales se hacen más ágiles y rápidas.

Los beneficios psíquicos que el deporte les proporciona no son menos importantes, según los mismos internos. En la base del beneficio psíquico se encuentran los beneficios de esparcimiento, que se sustentan en el placer que experimentan con el deporte, en el entretenimiento y en la evasión de los problemas. Al romper con la monotonía del centro y experimentar de algún modo la vida en libertad, el interno siente mayor ánimo personal.

Los beneficios psíquicos son consecuencia de la actividad física del deporte y también de la actividad relacional que éste conlleva. Pero, si bien la actividad física tiende a producir beneficios psíquicos personales y la actividad relacional del deporte a producir beneficios psíquicos relacionales, ambas actividades producen en realidad ambos tipos de beneficios psíquicos. Así ocurre, por ejemplo, con los beneficios personales de reducción de la agresividad y el estrés, la subida del ánimo, su mayor amabilidad, comprensión, capacidad de comunicación y de colaboración y su mayor respeto y confianza en los demás, puesto que la motivación hacia la actividad, la mayor tranquilidad y, sobre todo, la reducción de la medicación psicotrópica, derivan más frecuentemente de la actividad física.

Los beneficios psíquicos relacionales los expresamos en forma de conductas y actitudes de tipo relacional. La reclusión forzosa en un centro penitenciario implica necesariamente un deterioro de la dimensión social de los internos, pues no sólo rompen con su mundo de relaciones personales, sino también con su posición social y el reconocimiento que tuvieran en él. Como con el deporte el interno comienza a recuperar y reconstruir un nuevo mundo de relaciones sociales, al recuperar su ser social, el interno se siente psíquicamente gratificado y beneficiado. Y es esta satisfacción psíquica que experimentan los internos deportistas la que refuerza el cambio de actitudes.

4.3. El deporte y su influencia en el cambio de actitudes y valores

Para los *informantes cualificados*, los programas deportivos tienen como objetivo final promover el cambio de actitudes y valores y de su discurso se desprende el método por el cual esto se produce. Los informantes tienen una visión positiva del cambio de actitudes, porque las nuevas actitudes suelen basarse en valores más positivos, aumentan la autoestima y facilitan las relaciones sociales.

Los informantes creen que los programas deportivos promueven el cambio de actitudes y valores por medio de la socialización y la adquisición de habilidades sociales. Las habilidades sociales producen actitudes que orientan a los internos a asumir responsabilidades sobre sí mismos y desarrollan valores que aumentan sus posibilidades de reinserción social. Valores como la honestidad, el esfuerzo, la sinceridad, el amor al trabajo, la amistad, la cooperación y la tolerancia, contribuyen a desarrollar la personalidad de los internos en todas las dimensiones de la vida y, por tanto, aumentan las posibilidades de integración social.

El nuevo comportamiento, al persistir en el tiempo, produce un cambio de actitud. Cuando el interno percibe el cambio de actitud aumenta su motivación para desarrollarse personalmente y orientarse a buscar su propia utilidad personal y su rehabilitación social, a través de la expansión de sus actitudes hacia otras actividades del centro.

Las nuevas actitudes, junto con la motivación personal, tienen como consecuencia un aumento de la participación en las actividades del centro, más y mejores relaciones sociales y el aumento de la autoestima de los internos. Son mejoras que además refuerzan el cambio experimentado. La participación lo hace, por ejemplo, porque le proporciona al interno una posición en el centro y un reconocimiento social. Las relaciones sociales porque producen bienestar psíquico. Y la autoestima porque es la consecuencia lógica del bienestar que produce el deporte, de la obtención de una mejor imagen personal, de la satisfacción que produce el cambio positivo de actitudes, de la satisfacción de verse progresar en habilidades sociales y del reconocimiento que recibe de la sociedad en general, cuando se desenvuelven en ella con motivo de actividades deportivas realizadas en el exterior del centro.

Pero los informantes cualificados igualmente tienen una percepción pesimista de la influencia de ese cambio en las posibilidades de integración social, pues, si bien creen que con el cambio de actitudes aumentan las posibilidades de integración social, ésta depende en mayor medida de las condiciones sociales que se encuentran los internos al recuperar la libertad y presumen que en esas condiciones sociales intervienen factores negativos para los internos, que puede tener dos consecuencias diferentes. El cambio puede aislar al interno de sus grupos sociales de referencia y ello puede obligarle, por un lado, a reproducir sus conductas desviadas y recobrar hábitos desestructurados socialmente, si quiere de nuevo integrarse con ellos, o, por otro lado, a separarse de esos grupos sociales de referencia para empezar un nuevo camino en condiciones muy desventajosas, pues se encontrarán sin recursos y sin apoyo social de sus grupos primarios.

En cuanto a los *relatos de los internos* a este respecto, hemos podido comprobar que todos los que practican deporte (salvo los dos internos en centros penitenciarios psiquiátricos) cambiaron sus actitudes con esta actividad —si bien éste no lo atribuyen sólo al efecto del deporte, pues también depende de otras actividades formativas y profesionales.

De los relatos de los internos se infiere que los cambios se sustentan en algunos de los valores que ya han sido señalados por parte de los informantes cualificados, especialmente la amistad, la cooperación y la tolerancia. Los internos se han mostrado principalmente motivados por la revalorización que adquieren instituciones ahora perdidas y que se echan fuertemente de menos, como la libertad perdida, la familia como sostén básico de las relaciones sociales y el mundo de los afectos, el trabajo como elemento estructurador de una vida y el orden y las normas penitenciarias como entorno vital del presente. El cambio también se hace posible por la desvalorización que tiene el consumo de drogas, que fue el principal factor desestructurador de muchas de sus vidas.

De los relatos se infiere igualmente que la expansión de las relaciones sociales es un importante factor de cambio de actitud, como se recogía en el punto 4.2, precisando que lo es porque constituye el contexto social del cambio. En general, las relaciones sociales, como manifestaban los informantes cualificados, mejoran el bienestar psicológico y eso procura entre los internos mayor receptividad a los cambios que promueve el deporte. El deporte modifica las creencias de los internos, como la reducción de los pensamientos negativos y fatalistas sobre sí mismos, su pasado, presente y futuro, reduce los prejuicios que condicionan sus actitudes hacia las relaciones sociales o el centro. Cambios favorecidos por la relajación y tranquilidad que produce el deporte, que hace posible mantener una actitud serena en sus relaciones sociales.

Que el deporte favorezca el cambio de actitudes y las relaciones sociales es fundamental para la integración social, porque para ello es necesario que el interno oriente su conducta a objetivos y se desenvuelva en el entorno social de referencia de modo asertivo. Ya vimos que los cambios de actitudes confluyen en un vitalismo orientado a objetivos, lo cual no representa más que un comportamiento que es el convencional en cualquier sociedad, por la que el individuo desarrolla sus propias capacidades movido tanto más por los beneficios diferidos esperados de su conducta que por los beneficios inmediatos que les pueda ofrecer. Esta es la diferencia básica que existe entre un comportamiento estructurado y otro desestructurado, la cual requiere que la persona tenga la habilidad de programar su futuro por medio de acciones que se desarrollan en el presente. El ejemplo más paradigmático de esto es la formación profesional orientada a conseguir una cualificación laboral, que posteriormente le habilitará para obtener un puesto de trabajo apropiado.

Pues bien, de los relatos se infiere que la actitud vitalista que desarrollan en el centro y las habilidades sociales que han practicado y aprendido con el deporte son muy apropiadas para que los internos desarrollen estrategias de integración social. Del análisis de los relatos podemos comprobar que todos los internos que practican deporte desarrollan dos tipos de estrategias de integración: una que hemos llamado de integración en el centro, que se orienta a adaptarse en él y ocupar una posición social para desarrollarse personalmente, y otra estrategia de integración social, que está orientada a su reinserción social cuando recobren la libertad. Al ingresar en el centro todos los internos esbozan en su mente de manera más o menos explícita un deseo de vida para cuando recobren la libertad, que suele ser la base para desarrollar una estrategia de integración social. Por su parte, la estrategia de integración en el centro se formula cuando se tiene diseñada una estrategia de integración social o bien cuando la situación personal del interno en el centro es tan negativa que tiene necesidad de cambiar su situación y sólo integrándose en el centro se consigue. Se trata, por tanto, de dos estrategias muy interrelacionadas, pues el proceso de integración en el centro suele ser la base fundamental del proceso de integración social.

5. Conclusión

Los resultados ponen en evidencia que, tanto desde la perspectiva de los informantes cualificados, como desde la perspectiva de los internos, el deporte influye favorablemente en la reeducación y rehabilitación social de los internos deportistas.

En general, se trata de una actividad que se entiende como un revulsivo para la generación de nuevos hábitos saludables y ofrece un contexto para el cambio de actitudes. Al tratarse de una actividad motivadora que beneficia la salud psíquica de los internos, los internos se valoran más a sí mismos y adoptan hábitos saludables, adquiriendo nuevas habilidades sociales y modificando sus actitudes en un sentido positivo para reinsertarse socialmente. Como sus beneficios se explayan a otras actividades del centro y da la tranquilidad de espíritu suficiente para reflexionar sobre sus vidas, el deporte se convierte así en un factor muy importante para el desarrollo de sus estrategias de integración. El interno, al regenerarse, adoptar hábitos normalizados y modificar su conducta, puede reconocer sus opciones de integración social y luchar por aprovechar las nuevas oportunidades que se les presenten en sus vidas. Y, en el caso de los internos que no hayan tenido vidas desestructuradas, el deporte les permite conservar y desarrollar su socialización normalizada y luchar para recuperar la vida que tenían antes de ingresar en el centro penitenciario.

Bibliografía

- Boice, R. (1972). *The effec of recreation programs on Rehabilitation in Selected California State Prisons*, Tesis Doctoral, Brigham Young University, California.
- Castillo, J. (2004). *Deporte y reinserción social*. Consejo Superior de Deportes. Serie ICd, nº 39.
- Castillo, J: (2006). *El deporte en la prisión española actual*. Consejo Superior de Deportes. Serie ICd, nº 47.
- Chamorro, A. Blasco T. y Palenzuela D. (1998). La práctica de ejercicio en las prisiones: factores asociados a la iniciación y el mantenimiento. *Revista de Psicología del Deporte*, nº 13, pp. 69-91.
- Chevry, P., Aoun, M. y Clement, M. (1992). Practiques sportives et conduites addictives chez des hommes incarcérés, toxicomanes ou non. En Bambuck y Noir (eds.), *Sport, Toxiques, Dependance: Congress International*. CNDT, Lyon.
- Courtenay, W.H. y Sabo D. (2001). Preventive elath strategies for men in prison. En Sabo D. Kupers T.A. y London W. *Prision Masculinities*. Philadelphia. Temple University Press, pp. 157-172.
- Cudd, B. (1978). Racquetball Behind the Walls. *National Racquetball*, vol.6, nº 12.
- DeMaeyer, M. (2009). Are prisons good education practice? *Convergence*, 42(2-4), 9-9-22.
- Devís, J. (1995). Deporte, educación y sociedad: hacia un deporte escolar diferente. *Revista de Educación* nº 306, pp. 455-472.
- Drinkwater, J. B. (1980). The development and manisfestation of agresión with special referentes to competitive sport. *Recreation Research Review*, nº, pp. 41-44.
- Elger, B. S. (2009). Prison life: Television, sports, work, stress and insomnia in a remand prison. *International Journal of Law and Psychiatry*, 32(2), 74-74-83.
- Grayzel, J. (1978). The Functions of Play Motif at s State Penitentiary. En Salter, M. *Play Anthropological Perspectives*. Nueva York. Leissure Press, pp. 94-103.
- Gutiérrez, M. (2003). *Manual sobre los valores en la educación física y el deporte*. Paidós. Barcelona.
- Hagan, J. (1989). Role and significance of sport/recreation in the penal system. *Prison Service Journal* 75, pp. 9-11.
- Hitchcok, H. (1990). Prisons. Exercise versus recreation. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 61, 6, pp. 84-88.
- Long, R. (1983). The Prison Running Connection. En Anderson, B. (Dir.): *The Complette Runner*, vol. 2. Ed. World Publicatioons, California.
- Manzanos, C. (1992). *Cárcel y marginación social*. Donostia. Gakao.
- Martos D. Devís J. y Andrew C. (2009). Deporte entre rejas: algo más que control social. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, vol 67 nº2, pp. 391-412.
- Middleton, C. (1983). Inside Story. We go behind bars to find how sport is run in Winchester prison. *Sport and Leisure*, London, vol. 24, nº 5.
- Morohoshi, Y. (1976). Recreation Practitioners in Correctional Institutions: their functions and programs operations, Tesis Doctoral, University of Utah.

- Negro, C. (1995). Actividades en los centros penitenciarios, en Rodríguez, P. y Moreno J. *Perspectivas de actuación en Educación Física*, Murcia, Universidad de Murcia, pp. 229-245.
- O'Morrow G. y Reynolds R. (1989). *Therapeutic Recreation: A Helping Profession*, Englewood Cliffs, Prentice-Hall Inc.
- Otto, K. A. (2009). Criminal athletes: An analysis of charges, reduced charges and sentences. *Journal of Legal Aspects of Sport*, 19(1), 67-67-94.
- Sabo, D. (2001). Doing time, doing masculinity: sports and prison en Sabo, D. Kupers T. y London W. *Prision Masculinities*. Philadelphia. Temple University Press, pp. 61-66.
- Strandberg, K. W. (2004). Sports in prison. *Corrections Forum*, 13(5), 68-68-70.
- Valverde, J. (1991). La cárcel y sus consecuencias. Madrid. Ed. Popular.
- Wagner, M. McBride, R. y Crouse, S. (1999). The effects of weighth-training exercise on aggress. *Prison Service Journal* nº 79, pp. 72-89.