

El presente estudio pretende analizar de las carreras duales de las deportistas de alto nivel. Este estudio de caso se realiza a través de entrevistas en profundidad y grupos focales que relatan las experiencias de un grupo de deportistas vascas de alto nivel, poniendo especial atención en la actitud del profesorado, los factores de protección y los programas de atención a deportistas de estas características. Las conclusiones reflejan la necesidad de formar al profesorado para que facilite las carreras duales de las deportistas, se cuiden factores de protección que eviten el abandono temprano del deporte y se trabaje en mejorar los programas de apoyo a las deportistas de alto nivel.

Palabras clave: Carrera dual. Mujeres deportistas de alto nivel. Estudios. Deporte.

Azterlan honen helburua goi-mailako kirolarien karrera dualak aztertzea da. Kasu-azterketa hori sakoneko elkarrizketen eta foku-taldeen bidez egiten da, eta goi-mailako euskal kirolarien talde baten esperientziak kontatzen dira, arreta berezia jarriz irakasleen jarreran, babes-faktoreetan eta ezaugarri horietako kirolariei arreta emateko programetan. Ondorioek agerian uzten dute beharrezkoa dela irakasleak prestatzea kirolarien karrera dualak errazteko, kirola goiz uztea saihestuko duten babes-faktoreak zaintzeko eta goi-mailako kirolariei laguntzeko programak hobetzeko.

Giltza-hitzak: Karrera duala. Goi-mailako emakume kirolariak. Ikasketak. Kirola.

Ce travail vise à analyser le double cursus des sportives de haut niveau. Cette étude de cas est réalisée au moyen d'entretiens approfondis et de groupes focaux qui relatent les expériences d'un groupe de sportives basques de haut niveau, en accordant une attention particulière à l'attitude des enseignants, aux facteurs de protection et aux programmes de prise en charge des sportives concernées. Les conclusions pointent vers la nécessité de former les enseignants pour faciliter le double cursus des athlètes féminines, de veiller aux facteurs de protection qui empêchent l'abandon précoce du sport et de travailler à l'amélioration des programmes de soutien aux sportives de haut niveau.

Mots-clés : Double cursus. Sportives de haut niveau. Études. Sport.

Competir y estudiar. Percepciones sobre la carrera dual de las deportistas de alto nivel

(Competing and studying. Perceptions of the dual careers of high-level female athletes)

Martínez-Abajo, Judit (1); Vizcarra Morales, Maria. T.; Lasarte Leonet, Gema (3); Tresserras Angulo, Alaitz (4)

UPV/EHU. Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea. Juan Ibañez de Santo Domingo, 1. 01006 Vitoria-Gasteiz

(1) judit.martinez@ehu.eus; (2) mariate.bizkarra@ehu.eus; (3) gema.lasarte@ehu.eus;

(4) alaitz.tresserras@ehu.eus

<http://doi.org/10.61879/riev691zkia202403>

Recep.: 20-05-2023 – Acep.: 09-02-2024

BIBLID [eISSN 2952-4180 (2024), 69: 1]

Introducción

Las deportistas de alto nivel (DAN) con logros de excelencia internacional en sus carreras deportivas se enfrentan a diferentes situaciones a lo largo de su carrera, en ese proceso aprenden y fortalecen sus capacidades para perseguir sus metas (Real Decreto 1497/1997). Realizan una gestión eficaz del tiempo, no solo por sus logros deportivos sino por su habilidad para continuar con sus estudios y forjar su formación de cara al futuro, a la vez que compiten al más alto nivel (Conde, 2013; Conzelmann & Nagel, 2003). Ellas parten de modelos de trayectoria deportiva diferentes que van desde el convergente, donde el deporte es la actividad prioritaria que se compatibiliza con otras tareas; hasta el paralelo, donde se da un equilibrio entre deporte y la educación superior (Pallarés et al., 2011).

La carrera dual de ellas integra estudios o trabajo, con deporte y tiene una serie de beneficios para ellas como; unas mejores perspectivas de empleo, beneficios sociales y relacionados con la salud (European Commission, 2012). La sociedad obtiene también provecho; ya que las deportistas son modelos positivos para la juventud, difunden los valores del deporte, rompen estereotipos y transmiten la imagen de una mujer independiente y segura, modelo de éxito (CSD, 2009).

Llevar a cabo una carrera dual requiere además de un gran compromiso, el desarrollo de competencias emocionales y resiliencia, entre otros factores (Ros et al., 2012; Félix-Mena, et al., 2021). Esa adecuada gestión emocional es imprescindible en sus carreras ya que ellas sufren numerosas discriminaciones (Aznar & Webstern, 2006; Fontecha, 2006). Estas deportistas hacen frente a estereotipos y a la invisibilidad (Caine & Sluga, 2000; Nussbaum, 2002), además de a la escasez de apoyos por parte de instituciones políticas, educativas y deportivas (Mujika-Alberdi et al., 2021).

El deporte parece todavía ser un monopolio masculino (Muñoz et al., 2013), no se valora suficientemente el esfuerzo de ellas y eso se observa en las diferentes prestaciones económicas, en la falta de profesionalización y en la inferioridad de condiciones laborales (Calvo-Ortega, 2014; López, 2017; Marugán, 2017; Orive, 2017), por esta razón muchas compaginan becas con empleos (Emakunde, 2012). Perciben esa posición de subordinación que es el paso previo a la autonomía personal (De los Riscos & Nebreda, 2007).

La realidad del sistema educativo dista de la igualdad, las oportunidades de las chicas se ven mermadas y experimentan marginación (Ávalos et al., 2019). La actitud del profesorado es fundamental para crear un sistema educativo respetuoso con las diferencias (Essomba, et al., 2007; Rois et al., 2015; Siles & Puigdemívol, 2019). Tradicionalmente se ha educado a las niñas para ser obedientes y silenciosas (Ballarín, 2006) y esos estereotipos han condicionado sus expectativas de desarrollo profesional y personal (Sáinz et al., 2004). Una parte del profesorado no valora suficientemente el esfuerzo y trabajo de ellas y esto mina su seguridad, con una menor autoestima y motivación que afecta a su vida escolar y a su desarrollo profesional y personal (Freixas, 2012; Mosconi, 2016). Pero el profesorado también puede ser un facilitador de la carrera dual de las deportistas; justificando las faltas, o teniendo una actitud flexible ante fechas de exámenes u horarios de tutorías (Guirola et al., 2018).

Algunas mujeres deportistas llegan a la universidad en un momento decisivo de sus carreras deportivas, una parte de ellas ante la falta de oportunidades para la conciliación decide abandonar el deporte. Sus vidas deportivas son fugaces, la retirada está cerca y deben asegurarse un futuro laboral (Torregrossa et al., 2015). Es necesario preparar el final de su trayectoria para que la transición se realice de la mejor manera posible, los Programas de Asistencia de Carrera (PACs) suponen una manera de prevenir las consecuencias negativas de la retirada deportiva y favorecer compaginar actividades (Mateu et al., 2021; Torregrossa et al., 2020). Es prioritario prestar atención a los factores de protección en la retirada con éxito del deporte de alto rendimiento, entre ellos está el apoyo social, sacar provecho a su experiencia

deportiva, contar con otro tipo de prioridades como el trabajo, ahorrar, planificar la retirada y formarse académicamente (Puig & Vilanova, 2006; Jordana et al., 2017).

Los centros de educación superior cuentan con servicios de asesoramiento para deportistas de élite que se resumen en programas de tutorización, flexibilidad en horarios de exámenes y facilidades para la elección de grupos (López de Subijana et al., 2014). Algunas universidades españolas cuentan con planes de tutorización para deportistas universitarios de alto rendimiento como el Programa de Atención al Deportista de alto Nivel (CSD, 2021) o los Planes de Tutorización para Deportistas Universitarios de alto Nivel y alto Rendimiento de la (Universidad de Jaen, 2016; UPV/EHU, 2012). Estas iniciativas pueden suponer una mínima ayuda ya que cuentan entre otras medidas con la asignación de una persona tutora en el centro de estudios. Es necesario mejorar estos programas para favorecer las carreras duales de las deportistas y dotarlos de perspectiva de género y de una visión inclusiva.

Los objetivos del presente trabajo son:

- Conocer la percepción de las deportistas de alto nivel sobre las experiencias relativa a su carrera dual como deportistas y estudiantes.
- Examinar las dificultades de conciliación de la vida académica y deportiva de las deportistas para sugerir pautas de actuación.

Método

Nos encontramos ante un estudio de caso que analiza las experiencias de 33 mujeres deportistas con respecto a su carrera dual para conocer esa realidad y la actitud de su profesorado, como fenómeno social (Denzin & Lincoln, 2017). Se realiza un acercamiento a la realidad vivida (Wood & Smith, 2018) para comprender las dificultades para conciliar su vida académica y deportiva. Esta realidad educativa de un caso particular, el de las mujeres deportistas en el País Vasco (Stake, 2013) podría ser similar a la realidad vivida en otras autonomías. Se trata de un estudio de caso colectivo donde se explican las vivencias de un conjunto de personas sin centrarse en las especificidades de cada una de ellas (León & Montero, 2015).

Participantes e instrumentos

Se realizaron 19 entrevistas en profundidad a mujeres deportistas de alto nivel del País Vasco y 3 grupos focales con la intención de observar, contrastar y profundizar sobre las temáticas objeto de estudio (Barbour, 2013). Las participantes practicaban diferentes modalidades deportivas: 3 pelota vasca, 3 fútbol, 2 balonmano, 1 curling, 1 atletismo, 1 sokatira, 1 ciclismo, 1 lucha, 1 triatlón, 1 surf, 1 automovilismo, 1 esquí, 1 kárate y 1 remo. Se trata de mujeres que han participado en Campeonatos Mundiales y algunas de ellas en Juegos Olímpicos. Los grupos focales se han realizado agrupando a deportistas con alguna característica compartida (Bisquerra, 2016), en este caso practicar la misma modalidad deportiva (fútbol, remo y pelota vasca), tomaron parte 16 deportistas.

Procedimiento de análisis

Para la recogida de la información (Flick, 2015) se contactó con cada deportista fijando una cita para cada entrevista, que se grabó en audio tomando notas de campo. Posteriormente se realizaron las transcripciones y el análisis de la información, categorizando los datos recogidos (Flick, 2004) gracias al software Nvivo11 plus (Wood & Smith, 2018). A través de la codificación axial se gestionó la información

recogida a partir de categorías ordenadas jerárquicamente relacionadas con núcleos temáticos que emergían de las respuestas (Martínez et al., 2012). El sistema categorial (tabla 1) permite la obtención de ideas principales y secundarias (Coffey & Atkinson, 2003), además de ordenar la información (Woods, 1987). Se analizaron 21 documentos de los que se obtuvieron 108 referencias. Los códigos que aparecen entre paréntesis se corresponden con las voces de cada una de las deportistas, (E) en caso de las entrevistas y (GF) los grupos focales, acompañados de la fecha de realización y un número asignado aleatoriamente a cada participante.

Tabla 1: Herramienta de análisis: sistema categorial.
Percepciones sobre la carrera dual de las deportistas de alto nivel

Dimensión	Categoría	Subcategoría	Nº de recursos	Nº de referencias	porcentaje
Percepciones sobre la carrera dual de las deportistas de alto nivel	Actitud del profesorado		14	54	55.1%
		Favorable	10	38	38.7%
		Desfavorable	4	16	16.32%
	Factores de protección	12	40	40.8%	
	Programas de atención al DAN		2	4	4.08%
Total			28	98	100%

Fuente: elaboración propia

Resultados

Las categorías que emergen del análisis de las percepciones sobre la carrera dual de las deportistas de alto nivel son la actitud del profesorado, las dificultades de la carrera dual y los programas de atención a deportistas de alto nivel.

Actitud del profesorado

Según las respuestas recogidas, el profesorado ha mostrado actitudes muy diversas ante las deportistas; desde quienes les han facilitado su vida académica, hasta quienes no entendían la situación y no mostraban ninguna empatía.

Actitud favorable del profesorado

Algunas de las deportistas entrevistadas expresan haber sentido un gran apoyo por parte del profesorado a lo largo de sus carreras deportivas. El profesorado cumplía un papel fundamental por entender su vida competitiva.

Antes era raro que una chica anduviese bien en el deporte. Yo creo que ahora ya es más común. Tener en clase a una chica que hacía deporte les parecía importante y sí que me animaban (160325_E1).

Muchas recuerdan el interés que despertaban en sus centros escolares, sus carreras comenzaban a despuntar y el entorno más cercano conocía su trayectoria, incluso algunas personas eran aficionadas a su deporte. “Claro en cadetes y juveniles estudiamos en Eibar, en la Universidad Laboral viviendo y

entrenando con el Arrate, allí éramos conocidas, las chicas del Arrate” (160404_E8). Otras percibieron que sus docentes además de conocer su palmarés, hacían un seguimiento a sus carreras, las motivaban a continuar en el deporte de competición. “Siempre he tenido apoyo, me preguntaban a ver qué tal me iban las competiciones de atletismo o qué tal los partidos” (160325_E1). Las más afortunadas percibieron facilidades para seguir el curso académico a pesar de no asistir a clase.

Siempre me han animado un montón. El año que fui al Mundial de Australia, mi primer mundial, me perdí toda una evaluación en el colegio y me dieron la facilidad de hacer todos los exámenes que me perdí para hacerlos a lo largo del año. Y lo saqué con buenas notas (160509_E10).

Ellas observaban el apoyo del claustro entero, sentían la coordinación del profesorado, también en lo relativo al seguimiento de los resultados de sus campeonatos “si salía alguna cosa en la prensa, todos se enteraban, los profesores estaban comunicados entre sí” (160324_E5). Percibían una actitud comprensiva del claustro, conocedor de la intensidad de los entrenamientos. “Yo me quedaba dormida en clase. Y cuando me despertaba la profesora había entrado y había dicho a todo el mundo que no hiciese ruido para no despertarme” (160509_E10). Esos detalles hablan de la cercanía entre el profesorado y las alumnas, que compensaban la comprensión del profesorado con trabajo autónomo extra para intentar seguir el curso sin descolgarse.

Soy una persona súper responsable, que igual perdía clase por alguna competición, pero a mí me daban los apuntes, yo me ponía y en dos días recuperaba las clases de dos semanas (160509_E10).

Ellas comenzaron muy pronto su carrera deportiva, donde las competiciones y concentraciones eran parte de su vida y la base de los resultados de los posteriores años. En esos momentos en que forjaban sus carreras deportivas no eran tan conocidas, aun no contaban con un palmarés deportivo que sirviera de carta de presentación y que avalara sus faltas de asistencia, pero estos primeros años son tremendamente decisivos en las carreras de las deportistas, por esta razón es vital tener el apoyo del entorno social para conseguir una base lo más amplia posible de deportistas de categorías inferiores que posibilitara que algunas de ellas llegaran a lo más alto.

Los profesores cuando eres más joven lo ven diferente, no entienden que lleves una carrera deportiva paralela a tus estudios. Pero después todo eran facilidades, no había impedimentos a la hora de cambiar exámenes, o faltar a clase por concentraciones con la selección... No recuerdo ningún tipo de problema, más bien ayuda (160425_E14).

Es prioritario el apoyo del deporte de alto rendimiento en la Educación Secundaria y en la universidad, pero no es menos importante el deporte de base; las categorías deportivas infantiles, cadetes y juveniles dan acceso a competiciones de mayor nivel. Ellas parecen ser más conscientes de la ayuda recibida en la educación superior.

No recuerdo en la escuela, pero a nivel universitario sí, porque ya era conocida, jugaba en División de Honor y estaba en la selección, entonces te conocen. Pero en primaria no lo recuerdo (160404_E8).

La llegada a la universidad suponía un reto para las deportistas cargadas de horas de entrenamiento, competiciones, concentraciones deportivas y viajes. Los horarios y fechas de los exámenes suponían un problema añadido por coincidir con compromisos deportivos; pero los diferentes tipos de evaluación universitaria favorecían la compatibilidad de ambas dedicaciones, donde resultaba imprescindible la disposición favorable del profesorado que accedía a la adaptación de las pruebas de evaluación.

En general yo no me puedo quejar de lo que me ha aportado el profesorado, estaba considerada jugadora de alto nivel. En la carrera de Educación Primaria tenía que cambiar exámenes por viajes a competiciones

y faltaba un montón a clase. He tenido que adaptarme a otro tipo de evaluación por no poder ir a clase, pero a mí personalmente no me ha supuesto ningún tipo de problema. (160404_E8)

Su trayectoria era justificación suficiente para que les hicieran adaptaciones, hay quienes afirman que no necesitaban mostrar ningún certificado que lo acreditase.

Nadie me ha pedido nunca un papel en el que tenga que justificar que soy deportista de alto nivel, siempre me han tomado en serio. Muy pronto empezamos a tener competiciones fuera y perdíamos alguna semana de clase; si había algún examen me lo cambiaban, siempre me han apoyado (160405_E9).

Sin embargo, no todas las deportistas vivieron esta comprensión por parte de su profesorado, algunas coincidieron con profesorado poco comprensivo con la exigente realidad de estas deportistas y como consecuencia tuvieron más dificultades para obtener sus títulos académicos, algunas de ellas optaron por el abandono de sus estudios.

Actitud desfavorable del profesorado

Algunas actitudes del profesorado han sido una traba en las carreras de las deportistas. Sería necesario un mayor conocimiento de las dificultades de la carrera dual de las deportistas para conseguir por parte del profesorado un apoyo escolar inclusivo que facilite la vida educativa de las deportistas y desesterrar estereotipos que condicionan las expectativas del alumnado. Algunas de las deportistas entrevistadas sufrieron una doble presión por parte de sus docentes, bajas expectativas, desconocimiento de su realidad o prejuicios.

Tuve que sacarme la carrera con mucha ayuda de mis compañeras. No tuve ningún tutor deportivo. En vez de sacarme un curso por año, lo saqué en cinco años, uno más (160324_E5).

Relatan que han recibido un trato poco comprensivo por parte de su profesorado, quienes les mostraron su incompreensión y se atrevieron a realizar comentarios poco profesionales que rozaban la humillación.

Una profesora me llegó a decir: ¡Pues tendrás que elegir, o esto o las carreras! Estaba en un grado de gestión administrativa y lo dijo delante de toda la clase. Me quedé así un poco... Le dije, bueno, de momento me esforzaré en las dos cosas, haré lo que pueda y luego ya veré. Y yo pensaba: Y ¿a ti qué más te da? (160925_E18).

Una parte de los docentes no entendió que las faltas de asistencia de sus alumnas venían justificadas por las circunstancias del propio deporte de alto nivel, lo que muestra su desconocimiento de la realidad deportiva de sus alumnas, o su falta de comprensión de ante ese hecho.

Si me tenía que ausentar de clase, tenía que explicar los motivos y ha habido profesores que lo veían bien, y también lo contrario. Hay quien me han apoyado, pero hay profesores que no lo han entendido; faltar a clase no tenía justificación, con ningún deporte, ni con ninguna excusa (160925_E18).

Ante esta realidad ellas aprendieron a reivindicar sus derechos como deportistas de alto nivel.

En la universidad me he encontrado profesores que no me ven como deportista. ¡Oye que salgo en el boletín del Estado! Que tengo resultados y tengo que competir, y tengo que estar dando la matraca. (160501_E17)

Parte del profesorado confundía viajes con vacaciones, los desplazamientos propios de las competiciones no se han entendido como parte de la carrera deportiva, sino como ocio.

Me dijo, ¿Además te vas un mes y pico de vacaciones? Y yo les decía, yo no voy de vacaciones, tengo un contrato que dice que tengo que ir, no voy a disfrutar (160501_E17).

A pesar de sus resultados en las competiciones, de intentar coordinar de la mejor forma posible estudios y deporte, sus experiencias en el ámbito educativo no han sido del todo agradables.

He tenido de todo, pero he tenido algunos profesores que me han hecho la vida imposible (160325_E1).

Factores de protección

El deporte de alto nivel exige gran dedicación, transitar entre estudios y competiciones lleva a veces al abandono deportivo temprano. Se deben tener en cuenta los factores de protección como el apoyo social, la planificación, establecer prioridades o la formación académica para realizar la transición a la retirada de la manera más eficaz y evitar salidas prematuras del mundo deportivo.

Recalcan la soledad en sus carreras y echan de menos mayor protección.

Debería haber un grupo de apoyo, donde cuando se ve que la mujer no llega por X motivos que alguien valore la circunstancia que le está ahogando, y que le echen una mano antes de dejar el deporte. Hay mucha gente que lo deja porque tiene que estudiar, pero cuando tienes apoyo, no lo dejas. Porque la carrera puedes gestionarla, si no puedes hacer todo en un año, la haces en tres (160319_E6).

Para algunas los malos resultados académicos han supuesto una amenaza para su continuidad en el deporte, su dedicación les impedía preparar los exámenes y las notas no siempre acompañaban los buenos resultados deportivos, contar con apoyo familiar, tutorías o ayudas académicas hubiera facilitado sus experiencias. “Tuve un problema en casa, mi madre decía: chica con estas notas, parece que la lucha vamos a dejarla” (160319_E6).

Eran conscientes de la brecha de género en el deporte y tenían clara la necesidad de formación. “A mí yo sé que por ser mujer tenía que estudiar, porque el día que me retirara no lo iba a tener fácil. Para mí es súper básico tener formación aparte del deporte” (160404_E8). Ante la escasa profesionalización del deporte femenino ellas toman decisiones desde el pragmatismo.

Yo siempre he tenido muy claro que lo primero es el trabajo y el estudio, y luego si puedo dedicarme al deporte. Si solo me aporta satisfacción personal, no me puedo dedicar toda mi vida a ello, si no me va a dar de comer (160406_E15).

Las deportistas que continuaron con sus carreras deportivas sin dejar los estudios, contemplaban la necesidad de contar con una formación académica. Reconocen haber llevado un ritmo diferente al resto de las personas que estudiaban con ellas. Les ha supuesto un gran sacrificio y muchas presiones:

Siempre he podido compaginar estudios y deporte, no ha sido tan difícil. Igual me ha costado más sacar la carrera por las faltas, porque no puedes hacer todas las asignaturas, lo hice a mi ritmo y se puede hacer (160425_E14).

Ves a tus contrincantes que están entrenando y tú tienes que ir a clase. Y es duro porque tienes menos recursos, tienes que entrenar más que ellas para ser igual que ellas (160501_E17).

Adaptaron sus estudios a su planificación deportiva y optaron por hacer una parada en su formación académica.

El año que ganamos la medalla de bronce me lo tomé libre en la universidad. Medicina son seis años, hice tres años, ese año libre y ahora estoy haciendo los otros tres. Tenemos muchas competiciones, se junta todo, llegas a los exámenes hasta arriba de estudiar y luego casi no tienes tiempo para descansar (160405_E9).

Las dobles jornadas de entrenamientos y los estudios eran una carga que les hacía pensar en el abandono, lo que les ha hecho planificar.

He pensado en dejarlo, pero básicamente porque hacer las dos cosas a la vez es difícil. Ahora cuando acabe sexto de Medicina tenemos que preparar el MIR, entonces depende un poco de cómo hagamos los Campeonatos de España, o si vamos a las olimpiadas voy a decidir: o dejo el deporte para hacer el MIR, o dejo un año el MIR para hacer las Olimpiadas (160405_E9).

Los estudios superiores requieren una mayor dedicación que dificulta compaginar ambas tareas y ellas priorizan.

Cuando empecé a estudiar la carrera prioricé los estudios, tenía claro que yo había ido a Barcelona a estudiar (160324_E5).

Yo he estado en concentraciones en la selección española y cuando mi compañera estaba en la siesta para poder entrenar bien a la tarde, yo con mis libros. Creo que al final he tenido tan claro que he querido estudiar para tener algo el día que lo dejara, que me lo he auto-exigido (160404_E8).

Expresan que a veces tuvieron que optar por otras universidades o elegir otras carreras. Tener que estudiar en un lugar diferente al de sus entrenamientos dificultaba sus posibilidades de estudiar.

A mí me hubiera gustado hacer IVEF porque hay plazas para deportistas, pero es incompatible, yo estoy seis horas en el mar (160501_E17).

Quería hacer el Master de Deporte Adaptado, pero hay que irse fuera y me puedo ir fuera, pero ahora mismo no (160325_E1).

La vida deportiva es corta y exigente, tanto que algunas deciden incluso dejar los estudios para retomarlos en un futuro próximo. "Pensé que al final el deporte o los años deportivos son en un momento determinado, los estudios siempre se podían retomar y el deporte no" (160509_E10). Así, algunas de las entrevistadas prefirieron entrenar y competir que estudiar.

El triatlón es un deporte que exige entrenar mañana y tarde. Hay días que tenía cuatro horas de bici por la mañana y por la tarde iba a correr una y media. En medio está el entrenamiento invisible; el descanso, la alimentación... y al final dije: "Con todo no puedo". Y entonces me decanté por el deporte (160509_E10).

Su vida deportiva ha condicionado sus opciones de estudio, faltan adaptaciones y contundentes programas de ayuda a la transición para que las deportistas puedan contar con una preparación cuando acaben sus vidas deportivas.

Programas de atención al deportista de alto nivel

Ellas han tenido que hacer un doble esfuerzo y en este proceso algunas, un 4% de las entrevistadas, han contado con programas de asistencia de carrera (PACs) para deportistas. Algunas instituciones deportivas y educativas cuentan con esos planes de atención que suponen una ayuda en sus carreras duales y en la transición hacia la retirada deportiva. El Consejo Superior de Deportes con PROAD crea un plan de atención personalizada para permitir la inserción socio-laboral de las deportistas.

Hay un programa desde el 2008, el PROAD que está atendiendo a muchísimos deportistas, de manera que tengan psicólogos y puedan estudiar. Muchas universidades tienen programas para ayudar a deportistas. (160331_E13)

La Universidad del País Vasco (UPV/EHU) cuenta desde 2001 con un Plan de Tutorización para deportistas universitarios de alto nivel y rendimiento. Se regulan medidas para que mientras están estudiando en la universidad puedan compaginar sus carreras deportivas y sus carreras académicas con garantías de éxito.

Si eres deportista de alto nivel, en vez de asistir al 80% de las prácticas, pues tienes que asistir solo al 60%. Lo único que piden es el justificante de que vas a ir al campeonato, pero nada más. (160405_E9)

Comprender la realidad de las deportistas de alto nivel en el sistema educativo requiere conocer su día a día; la intensidad de sus entrenamientos, la duración de los mismos, la exigencia de las competiciones al más alto nivel, o el cansancio que suponen los viajes y las concentraciones. Ellas están entre las mejores en su modalidad deportiva, representan a sus regiones y países en competiciones nacionales e internacionales y suponen el espejo en el que se miran otras tantas niñas y niños que comienzan a practicar deporte.

Conclusiones

Los relatos sobre las experiencias en las carreras duales de las deportistas investigadas constatan la relevancia de tres componentes; las actitudes del profesorado, la importancia de los factores de protección y la necesidad de los programas de atención a las deportistas de alto nivel.

Este estudio confirma la importancia de la labor del profesorado en el desarrollo de las carreras duales de las deportistas de alto nivel, su actitud puede suponer un obstáculo insalvable que provoque el abandono precoz del deporte (Freixas, 2012; Mosconi, 2016), o por el contrario un elemento facilitador que aporte flexibilidad al sistema educativo (Guirola et al, 2018). Unas actitudes docentes poco inclusivas que no tengan en cuenta la diversidad del alumnado y que no respondan a sus necesidades hacen un flaco favor a la educación y a la sociedad (Essomba, et al., 2007; Rois et al., 2015; Siles & Puigdellívol, 2019).

El sistema educativo ofrece un discurso confuso que habla de inclusión y de equidad pero que deja a las mujeres deportistas de alto nivel con un doble reto; la construcción de su identidad deportiva (Alfaro et al., 2010) y la defensa de su realidad como mujeres deportistas (Aguilar, 2017; Sandoval, et al., 2019). Es necesario desterrar el sexismo del sistema educativo; los estereotipos, la ausencia de apoyos y las bajas expectativas condicionan la escolarización de ellas, y pueden provocar el abandono deportivo temprano (Rodríguez, 2011).

Queda mucho camino para conseguir un sistema educativo inclusivo (Ávalos et al., 2019) que respete las diferencias y la atención a las individualidades (Essomba et al., 2007), también las de las deportistas de alto nivel. Hay que garantizar la atención a la diversidad en el interior del sistema educativo. De la misma manera que hay que fomentar el máximo desarrollo de todo el alumnado, también del que cuenta con altas capacidades, asimismo se pueden proponer pautas para favorecer el desarrollo de las deportistas de alto nivel. Se trata de no perder talentos y dejar que se desarrollen permitiendo que la sociedad recoja su brillantez. Para ello es imprescindible la implicación y comprensión por parte del claustro, este apoyo no puede estar vinculado a la empatía del profesorado. Debe haber una regulación con; formación al profesorado sobre este tipo de realidades duales y sobre la perspectiva de género, valoración de la carrera de la alumna deportista, asignación de personal encargado de la tutorización, y flexibilidad en la planificación de los estudios, entre otros aspectos, tal como ocurre en algunas universidades (López de Subijana et al., 2014).

Una mayor visibilidad en los medios facilitaría el reconocimiento social de ellas, y podría servir de carta de presentación ante el profesorado o las instituciones de cara a la obtención de facilidades en su vida académica (Donoso et al., 2023). Debe existir coordinación entre el centro educativo y el equipo deportivo, para que las deportistas puedan centrarse en sus carreras, sin invertir tiempo en gestiones (Costa et al., 2021). Es necesario desarrollar y aportar mayores partidas económicas o becas para que este tipo de alumnado pueda seguir con sus carreras deportivas sin renunciar a una formación.

Resulta oportuno comenzar un debate sobre la necesidad de diseñar planes de tutoría para deportistas de alto nivel u otro tipo de situaciones especiales como la danza o la música. Es conveniente trabajar para lograr un sistema educativo más comprensivo con las diferencias, sin prejuicios y donde se apoye las carreras duales de las deportistas en todos los niveles educativos. Los planes de acción tutorial son un primer paso, pero deben comenzar antes de los estudios universitarios, algunas carreras deportivas se desvanecen antes de llegar a la universidad. Ellas valoran los planes de tutorización de deportistas de alto nivel (EHU/UPV, 2012; Universidad de Jaén, 2016; PROAD, 2010), pero reconocen que son insuficientes y desconocidos para la mayor parte de ellas, reclaman ayudas y becas para no abandonar el deporte de alto rendimiento.

Logran conciliar sus carreras gracias a una adecuada gestión emocional sustentada en su resiliencia, además de otros aspectos (Ros et al., 2013; Félix-Mena, et al., 2021). Ellas desarrollan una serie de habilidades que se convierten en factores de protección de cara al final de su carrera deportiva (Puig & Vilanova, 2006; Jordana et al., 2017).

Ellas trabajan con constancia y esfuerzo para conseguir una formación académica que garantice su futuro laboral y tienen presentes; la fragilidad que les aporta la escasa o nula remuneración económica, la falta de profesionalización de sus carreras deportivas o la brecha de género (Calvo-Ortega, 2014; López, 2017; Marugán, 2017; Orive, 2017).

Las mujeres deportistas son referentes y modelos de éxito, espejo en el que se puede mirar la población (CSD, 2009). Ellas se atreven a ocupar el espacio público en un ámbito tan androcéntrico como el del deporte (Muñoz et al., 2013), pero la competición no les aporta ingresos suficientes y la mayoría de ellas planifica su futuro profesional al margen del deporte. Llama la atención que, a pesar del tiempo que han invertido en su preparación deportiva, solo unas pocas decidan realizar estudios relacionados con la actividad física. Da la sensación de que no quieren aprovechar su experiencia deportiva de alto nivel para desarrollar su futuro laboral vinculada a él (Puig & Vilanova, 2006; Jordana et al., 2017). Sería interesante abordar las razones de esto en estudios futuros ¿Cuántas deportistas de alto nivel se dedican a actividades vinculadas al deporte de competición? ¿Serán conscientes del techo de cristal en el mundo

del deporte y deciden retirarse antes de enfrentarse a las estructuras masculinizadas del deporte de alto rendimiento?

Bibliografía

- AGUILAR, E. (2017). Unidad de las reivindicaciones del deporte femenino, en María José López, *Mujer, discriminación y deporte*, Madrid, Reus, pp. 167-170.
- ALFARO, E; BENGOCHEA, M. & VÁZQUEZ, B. (2010). *Hablamos de deporte. En femenino y en masculino*, Madrid, Catálogo de publicaciones de la Administración General del Estado.
- ÁVALOS, M. A; MARTÍNEZ, M. A & URREA, M. E. (2019). Percepción del alumnado de Educación Física y de Educación Primaria sobre diferenciales de género en las aulas universitarias: Estudio de caso. *Revista Complutense de Educación*, 30, (3), 847-862.
- AZNAR, S. y WEBSTER, T. (2006). *Actividad física y salud en la infancia y adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. MEC
- BALLARÍN, P. (2006). La educación “propia del sexo”, en Carmen Rodríguez (coord.), *Género y currículo. Aportaciones del género al estudio y práctica del currículo*. AKAL, pp.37-58.
- BARBOUR, R. (2013). *Los grupos de discusión en Investigación Cualitativa*. Morata.
- BISQUERRA, R. (2016). *Metodología de la investigación educativa*. La Muralla.
- CAINE, B. & SLUGA, G. (2000). *Género e historia*. Narcea.
- CALVO, E. & GUTIÉRREZ, B. (2014). El deporte femenino en los informativos deportivos de televisión. Un estudio de caso sobre la noticia de la victoria de Garbiñe Muguruza en Roland Garros. *Estudios sobre el Mensaje Periodístico*, 23 (2), 747-758.
- COFFEY, A & ATKINSON, P. (2003). *Encontrar sentido a los datos cualitativos*. Sage.
- CONDE, E. (2013). *La conciliación de la vida deportiva y la formación en los deportistas de alto nivel en España. Una visión cuantitativa. [Tesis doctoral]*. Universidad de Castilla la Mancha.
- COSTA, F.R. da; MIRANDA, I. S. de., & FIGUEIREDO, A. J. (2021). Sport and education: how to develop a proper dual career. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16 (47), 49-58.
- CONZELMANN, A. & NAGEL, S. (2003). Professional careers of the German olympic athletes. *International Review for the sociology of sport*, 38 (3), 259-280.
- CSD (2009). Manifiesto por la igualdad y la participación de las mujeres en el deporte. Madrid: Consejo Superior de Deportes, Mujer y Deporte. <https://www.csd.gob.es/sites/default/files/media/files/2018-09/manifiesto-mujer-y-deporte-def.pdf>
- DE LOS RISCOS, E. & NEBREDA, M. (2007). Los espacios de formación con mujeres, espacios de prevención de violencia, en G. ARENAS, M. J. GÓMEZ & E. JURADO (coord.). *Pensando la educación desde las mujeres*. Universidad de Málaga, pp. 275-286.
- DENZIN, N K. & LINCOLN, Y. S. (2017). *Manual de Investigación Cualitativa V: paradigmas y perspectivas en disputa*. Gedisa.
- DONOSO, B.; GIMENEZ, A. R. & ÁLVAREZ-SOTOMAYOR, A. (2023). Desigualdad de género en el deporte de competición: voces y reflexiones. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, deportes y recreación*, 47, 557-564.
- Emakunde (2012). *La evaluación de impacto en función del género en deportes*. Emakunde.
- ESSOMBA, M. A (coord.), GAIRÍN, J.; RIFÀ, J.; SABAN, C., & TOMÉ, A. (2007). *Coeducación y prevención temprana de la violencia de género*. Ministerio de Educación Cultura y Deporte.
- European Commission. (2012). *EU guidelines on dual careers of athletes: Recommended policy actions in support of dual careers in high-performance sport* (pp. 1–40). http://ec.europa.eu/assets/eac/sport/library/documents/dual-career-guidelines-final_en.pdf

Martínez-Abajo, J.; Vizcarra, M. T.; Lasarte, G.; Tresserras, A.: Competir y estudiar. Percepciones sobre la carrera dual...

- FÉLIX-MENA, A.; MARTÍNEZ-RODRÍGUEZ, A., & RECHE-GARCÍA, C. (2021). Resiliencia y burnout en la carrera dual. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 85-93.
- FLICK, Uwe. (2004). *Introducción a la Investigación cualitativa*. Morata.
- . (2015). *El diseño en Investigación Cualitativa*. Morata.
- FONTECHA, M. (2006). *Intervención didáctica desde la perspectiva de género en la formación inicial de un grupo de docentes de Educación Física*. [Tesis doctoral]. Universidad del País Vasco (UPV/EHU).
- FREIXAS, A. (2012). La adquisición del género: el lugar en la educación en el desarrollo de la identidad sexual. *Apuntes de Psicología*, 30, (1), 155-164.
- GUIROLA, I.; TORREGROSA, M.; RAMIS, Y & JAENES, J.C. (2018). Remando contracorriente: facilitadores y barreras para compaginar deporte y los estudios. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 11 (1), 12-17.
- JORDANA, A.; TORREGROSA, M.; RAMIS, Y. & LTINJAK, A.T. (2017). Retirada del deporte de élite: Una revisión sistemática de estudios cualitativos. *Revista de Psicología del Deporte*, 26, (4), 68-74.
- LEÓN, G., & MONTERO, I. (2015). *Métodos de investigación en Psicología y Educación. Las tradiciones cuantitativa y cualitativa*. McGrawHill Education.
- LÓPEZ DE SUBIJANA, C.; MASCARÓ, F. & CONDE, E. (2014). Los servicios de Asesoramiento a los Deportistas de élite en las universidades españolas. *Kronos*, 13 (2).
- LÓPEZ, M. J. (2017). *Mujer, discriminación y deporte*. Editorial Reus.
- MARTÍNEZ, Z.; CASADO, B. & IBARRA, P. (2012). Movimientos sociales y procesos emancipadores. *Cuadernos de trabajo*, 57, 1-39.
- MARUGÁN, B. (2017). El deporte como bastión del machismo. En Ayuntamiento de Sevilla (ed.) *Actas del Seminario Internacional re-creando imaginarios Cine, deporte y género* (pp. 30-39). Dirección General de igualdad y cooperación del Ayuntamiento de Sevilla.
- MATEU, P.; VILANOVA, A.; TORREGROSSA, M., & INGLÉS, E. (2021). Estudiar y competir en las sociedades aceleradas ¿Una carrera a tumba abierta? *ALESDE. Revista de Asociación Latinoamericana de Estudios Socioculturales del Deporte*, 13 (1), 133-149.
- MUJICA-ALBERDI, A.; GARCÍA-ARRIZABALAGA, I.; GIBAJA-MARTINS, J. J. (2021). Mujeres deportistas: poca visibilidad y mucho estereotipo. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21 (3), 269-283.
- MOSCONI, N. (2016). ¿Las chicas solo triunfan en la escuela? En, LAUFER, L. & ROCHEFORT, F. (dirs.), *¿Qué es el género?* Icaria, pp. 111-124.
- MUÑOZ, B.; RIVERO, B. y FONDÓN, A. (2013). Feminidad hegemónica y limitación a la práctica deportiva. *Feminismos*, 21, 37-50.
- NUSSBAUM, M. (2002). *Las mujeres y el desarrollo humano*. Herder.
- ORIVE, N. (2017). La fuerza de la reivindicación. En M.J. López, *Mujer, discriminación y deporte*. Reus, 163-166
- PALLARÉS, S.; AZÓCAR, F.; TORREGROSA, M.; SELVA, C. & RAMIS, Y. (2011). Modelos de trayectoria deportiva en waterpolo y su implicación en la transición hacia una carrera profesional alternativa. *CCD*.17, 6, 93-103
- PUIG, N., & VILANOVA, A. (2006). Deportistas Olímpicos y estrategias de inserción laboral. Propuesta teórica, método y avance de resultados. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*. 44, 63-83.
- Consejo Superior de Deportes. (2021). Programa de atención al deportista de alto nivel (PROAD). <https://proad.csd.gob.es/>
- PUIGLLÍDEVOL, I. & CRISTINA P. (2019). Evolución y sentido del apoyo educativo: la función del apoyo en la escuela inclusiva. En I. PUIGDELLÍVOL, C. PETREÑAS, B. SILES & A. JARDÍ (eds.), *Estrategias de apoyo en la escuela inclusiva. Una visión interactiva y comunitaria*. Graó, pp.19-61.
- Real Decreto 1467/1997, de 19 de septiembre, sobre deportistas de alto nivel. (BOE, nº 248, 16 de octubre de 1997, pp. 30041-30048).
- RODRÍGUEZ, C. (2011). *Género y cultura escolar*. Morata.
- ROIS, C.; CHABIER, G.; MOLINA, S., & RODRÍGUEZ, H. (2015). "Escuela y sociedad inclusiva. En H. F. ARRIBAS, D. FERNÁNDEZ (coords.) *Deporte adaptado y escuela inclusiva*. 11-23. Graó.
- ROS, A.; MOYA-GAZ, F. & GARCÉS DE LOS FAYOS, E. (2012). Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13, (1), 105-112.

Martínez-Abajo, J.; Vizcarra, M. T.; Lasarte, G.; Tresserras, A.: Competir y estudiar. Percepciones sobre la carrera dual...

- SÁINZ, M.; LÓPEZ-SÁEZ, M. & LISBONA, A. (2004). Expectativas de rol profesional de mujeres estudiantes de carreras típicamente femeninas o masculinas. *Acción Psicológica*, 3, 111-123.
- SILES, B & PUIGDELLÍVOL, I. (2019). Aceleración del aprendizaje para combatir las desigualdades. En I. PUIGDELLÍVOL, B. SILES & A. JARDÍ (eds.). *Estrategias de apoyo en la escuela inclusiva. Una visión interactiva y comunitaria*. 211-251. Graó.
- STAKE, R.E. (2013). Estudios de casos cualitativos. En N. K. DENZIN, & Y. S. LINCOLN (coords.). *Manual de Investigación Cualitativa*, 3, 154-197. Guedisa.
- TORREGROSA, M.; RAMIS, Y.; PALLARÉS, S.; AZÓCAR, F., & SELVA, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 50-56.
- TORREGROSA, M.; REGÜELA, S. & MATEOS, M. (2020). Career assistance programs. En D. HACKFORT, y R. J. SCHINKE (Eds.), *The Routledge International encyclopedia of sport and exercise psychology*. Routledge.
- UPV/EHU. (2012). *Plan de Tutorización para Deportistas Universitarios de Alto Nivel y Alto Rendimiento de la UPV/EHU*.
- WOODS, Peter. (1987). *La escuela por dentro. La etnografía en la investigación educativa*. Paidós-MEC.
- WOODS, Peter y Jon SMITH. (2018). *Investigar en educación. Conceptos básicos y metodología para desarrollar proyectos de investigación*. Narcea.