

# 11

Fecha de presentación: junio, 2024  
Fecha de aceptación: noviembre, 2024  
Fecha de publicación: diciembre, 2024

## ESTRATEGIA DE COMUNICACIÓN

PARA LA PROMOCIÓN DE ACTIVIDADES DEPORTIVAS Y RECREATIVAS EN LA COMUNIDAD

### COMMUNICATION STRATEGY FOR THE PROMOTION OF SPORTS AND RECREATIONAL ACTIVITIES IN THE COMMUNITY

Daniel Alexander Rivera Merino  
E-mail: [driveram4@unemi.esu.ec](mailto:driveram4@unemi.esu.ec)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0880-1676>  
Universidad Estatal de Milagro. Ecuador.

#### Cita sugerida (APA, séptima edición)

Rivera Merino, D. A. (2024). Estrategia de comunicación para la promoción de actividades deportivas y recreativas en la comunidad. *Universidad y Sociedad*, 16(S2), 103-108.

#### RESUMEN

La investigación sobre la “Estrategia de Comunicación para la promoción de actividades deportivas y recreativas en la comunidad”, se desarrolla en la ciudad de Milagro, y tiene como propósito desarrollar un enfoque integral que promueva la participación activa de la ciudadanía en actividades deportivas y recreativas. Se destaca que a través de la comunicación se puede educar a la ciudadanía a través de diversos canales, que incluyen medios locales, redes sociales, eventos comunitarios y cooperación con entidades educativas y deportivas. Desarrollar una imagen clara y mensajes que enfatizan los beneficios del deporte para la salud mental, física y social, con el objetivo de atraer la atención y la implicación de la comunidad. Para lograr el propósito de la investigación, se consideró oportuno aplicar una entrevista a profundidad con jóvenes, adultos y adultos mayores, líderes comunitarios y profesionales de la salud. De igual manera una encuesta estructurada a una muestra representativa de la población de Milagro para recopilar datos cuantitativos sobre los niveles de participación en actividades deportivas.

**Palabras clave:** Actividad deportiva, Recreación, Comunidad, Estrategia de comunicación.

#### ABSTRACT

The research on the “Communication Strategy for the promotion of sports and recreational activities in the community” is developed in the city of Milagro, and its purpose is to develop a comprehensive approach that promotes the active participation of citizens in sports and recreational activities. Communication is highlighted as an instrument that encompasses and facilitates access through various channels, including local media, social networks, community events and cooperation with educational and sports entities. Develop a clear image and messages that emphasize the benefits of sport for mental, physical and social health, with the aim of attracting the attention and involvement of the community. To achieve the purpose of the research, it was considered appropriate to apply an in-depth interview with young people, adults and older adults, community leaders and health professionals. Likewise, a structured survey was carried out on a representative sample of the population of Milagro to collect quantitative data on levels of participation in sports activities.

**Keywords:** Sports activity, Recreation, Community, Communication strategy.

## INTRODUCCIÓN

La actividad deportiva y la recreación son componentes esenciales para el bienestar físico, mental y social de cualquier comunidad (Barbosa & Urrea, 2018). En Milagro, Ecuador, donde la cultura y la tradición se entrelazan con la necesidad de un desarrollo integral, es crucial implementar una estrategia de comunicación que fomente la participación activa de los ciudadanos en actividades deportivas y recreativas (Cedeño et al., 2019).

Ríos et al. (2020), manifiestan que la estrategia se fundamenta en la identificación de las necesidades y características de la comunidad, así como en el aprovechamiento de los recursos locales y la colaboración con instituciones educativas, organizaciones sociales y entidades gubernamentales. De esta manera, se pretende crear un enfoque integral que no solo promueva la actividad física, sino que también fortalezca la identidad cultural y el sentido de pertenencia de los ciudadanos de Milagro (Dyer et al., 2017).

Existen investigaciones que enfatizan los beneficios sociales y económicos que se generan a través de las actividades deportivas y recreativas. En este sentido, el estudio de Hallal et al. (2012), afirma que la promoción de la actividad física puede mejorar la productividad y la calidad de vida de las personas al mismo tiempo que reduce significativamente los costos asociados con el tratamiento de enfermedades crónicas.

En Milagro, una estrategia exitosa debe tener en cuenta estas cuestiones económicas y sociales, demostrando cómo la financiación de programas deportivos puede tener un impacto positivo en toda la comunidad a largo plazo. De igual forma se desarrolla la importancia de deportes dinámicos para el bienestar físico, como el fútbol, en el contexto particular del fútbol formativo, la investigación de Serrano et al. (2022) destaca la importancia de metodologías que apoyen la autonomía del deportista. Basados en la Teoría de la Autodeterminación, proponen la Autogestión Pedagógica como estrategia para satisfacer las Necesidades Psicológicas Básicas (competencia, autonomía y relación) en jóvenes futbolistas. Su estudio muestra que esta metodología, combinada con apoyo tecnológico, puede mejorar la competencia percibida y real, fomentar la autonomía en la toma de decisiones, fortalecer las relaciones grupales y aumentar el compromiso hacia la actividad deportiva. De igual forma se investiga la influencia de la responsabilidad social, las necesidades psicológicas básicas y la motivación intrínseca sobre

la meta de aproximación-amistad en adolescentes. Se menciona que la responsabilidad social, junto con las necesidades de competencia, relación y autonomía, así como la motivación intrínseca, como puede conducir de manera significativa y positiva las metas de aproximación-amistad (Menéndez & Fernández-Río, 2017).

Cualquier estrategia de comunicación para fomentar la actividad física debe basarse en la inclusión y la accesibilidad. Según Allender et al. (2006), es fundamental crear programas que sean accesibles para todos los sectores de la población, teniendo en cuenta las barreras económicas, culturales y de infraestructura que pueden dificultar la participación. En el contexto de Milagro, esto significa modificar los programas deportivos y recreativos para que sean inclusivos y culturalmente relevantes, asegurando que todos los residentes puedan participar y beneficiarse. De igual manera, indagar en el estudio donde se analiza la relación entre la actividad física en la adolescencia y una variedad de medidas de bienestar psicológico.

La falta de actividad física está relacionada con problemas de salud como la obesidad y tiene un impacto negativo en el bienestar físico en las sociedades desarrolladas. Se destacan el papel del autoconcepto físico y la percepción de salud en la calidad de vida de los adolescentes, y sugieren que la actividad física regular puede mejorar estos factores (Reynaga et al., 2016).

Otra parte importante de la promoción del deporte es la colaboración intersectorial. Según Sallis et al. (2006), la cooperación entre los gobiernos locales, las organizaciones comunitarias, las empresas y los sectores de salud es fundamental para crear entornos que fomenten la actividad física y reduzcan las barreras existentes. En Milagro, establecer alianzas estratégicas con estas entidades puede asegurar recursos y apoyo constante, además aumentar el impacto y la sostenibilidad de las iniciativas deportivas y recreativas.

Por tanto, es importante destacar la relevancia de las actividades físicas para la salud mental y psicológica en una institución educativa. Los datos demuestran que, si no se realizan estas actividades, esto puede ser dañino para la salud en sí. Este fenómeno se vuelve cada vez más frecuente debido a la elevada carga de trabajo y la prevalencia de empleos sedentarios que restringen la práctica regular de ejercicio físico (Mosqueda, 2021). La implementación de tecnología en el ambiente de trabajo también disminuye el esfuerzo físico cotidiano, lo que incrementa el sedentarismo y repercute de manera adversa en la salud física y mental de los trabajadores.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La investigación tiene un enfoque de tipo mixto con métodos que integre lo cualitativo y cuantitativo para obtener información sobre la percepciones y experiencias individuales, así como tendencias y datos cuantificables sobre la actividad física y el deporte en Milagro (Creswell & Plano, 2011).

Además, se examina la conexión entre el ejercicio físico y el bienestar mental, resaltando cómo estas acciones pueden potenciar la calidad de vida tanto laboral como personal de los trabajadores. Enfatizando la relevancia del fútbol, se utiliza la Autogestión Pedagógica (AP) como estrategia principal. Mediante el uso de herramientas tecnológicas para elaborar actividades formativas, se realizan investigaciones en academias de fútbol para jóvenes, en las que se establecen actividades organizadas que posibiliten a los jugadores tomar decisiones respecto a su formación y crecimiento. Se emplea un enfoque transversal con un grupo de adolescentes provenientes de distintos centros educativos para explorar la correlación entre la actividad física y el bienestar psicológico en los jóvenes.

En este sentido, se cree oportuno aplicar la entrevista a profundidad con jóvenes, adultos y adultos mayores, líderes comunitarios y profesionales de la salud. Esto permite investigar las motivaciones de los residentes, las percepciones de facilitadores y barreras y las expectativas de participación en actividades deportivas y recreativas. De igual manera se aplica una encuesta estructurada a una muestra representativa de la población de Milagro para recopilar datos cuantitativos sobre los niveles de participación en actividades deportivas, las preferencias por tipos de deporte.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De acuerdo a la información obtenida en la presente investigación sobre la estrategia de comunicación para la promoción de actividades deportivas y recreativas en la comunidad, es fundamental considerar varios aspectos clave, debido a que Milagro es una ciudad en Ecuador con una población diversa. La comunidad tiene un acceso limitado a instalaciones deportivas adecuadas. De la misma manera, se identifican diferentes grupos de interés, incluyendo niños, adolescentes y adultos, que buscan actividades deportivas y recreativas, pero enfrentan barreras como la falta de información y recursos.

La Tabla 1 muestra una representación amplia de la población. Estos hallazgos son esenciales para crear estrategias de comunicación efectivas que fomenten hábitos saludables y la participación activa en la comunidad, así como para garantizar que las actividades deportivas sean accesibles y atractivas para todos. Mientras que la Tabla 2 destaca las preferencias y niveles de participación en diversas actividades deportivas.

A continuación, se detallan el análisis correspondiente realizada de acuerdo a los resultados obtenidos en la aplicación de las técnicas

Tabla 1: Información de Participantes.

Grupo Demográfico	Edad (años)	Género	Estatura (cm)	Peso (kg)
Jóvenes (18-25)	22	Femenino	1.70	57
Adultos (26-45)	35	Masculino	1.72	71
Adultos mayores (más de 60)	65	Femenino	1.55	63
Adolescentes (13-17)	17	Masculino	1.90	64
Niños (menores de 12)	11	Femenino	1.50	36

Fuente: Elaboración propia.

En la tabla inicial se ofrece un resumen demográfico de los participantes en la investigación acerca de la actividad deportiva en Milagro. Se aprecia una diversidad en cuanto a edad y género, desde niños hasta adultos mayores, con información como la altura y el peso que proporcionan un contexto físico pertinente para entender las preferencias y obstáculos en la participación deportiva. Es importante destacar que en los fundamentos obtenidos para la creación de la tabla se consideraron diferentes edades desde jóvenes hasta adultos mayores, dado que el sitio donde se realiza esta iniciativa está dentro del centro.

Tabla 2: Actividades Deportivas de la comunidad.

Actividad Deportiva	Frecuencia (horas/semana)	Preferencia (%)	Acceso a Instalaciones (%)
Fútbol	6	47	80
Indor Fútbol	5	50	80
Atletismo	3	15	50
Baloncesto	3	30	70
Ciclismo	6	20	60

Fuente: Elaboración propia.

La tabla dos especifica la regularidad de las actividades deportivas y las preferencias de los habitantes de Milagro. Resalta la popularidad del fútbol e indo fútbol, además del acceso a instalaciones deportivas para estos juegos. Esta información ofrece una perspectiva precisa de las actividades deportivas más populares y las demandas de infraestructura para respaldar un modo de vida dinámico en la comunidad. Además, este estudio puede generar avances notables en cómo los jugadores perciben la competencia y la autonomía, además de un incremento en la colaboración y unidad en el equipo. Según Serrano et al. (2022), La aplicación de estrategias que promuevan la independencia en el deporte puede incrementar la motivación interna y la dedicación hacia el deporte.

De acuerdo a las investigaciones de Stubbe et al. (2007) y Candel et al. (2008), indican que los adolescentes activos reportan niveles significativamente más altos de autoconcepto físico, percepción de salud positiva y satisfacción vital. Los hallazgos del estudio de regresión lineal múltiple señalan que, en combinación con las necesidades psicológicas fundamentales de habilidad, independencia y vínculo, además de la motivación inherente, la responsabilidad social resultó ser un predictor relevante de los objetivos de aproximación-amistad en los adolescentes investigados (Menéndez & Fernández-Río, 2017).

## DISCUSIÓN

La estrategia de comunicación se ha vuelto un factor importante para fomentar la actividad deportiva y recreativa en Milagro, Ecuador, con el fin de entender cómo estos intentos pueden generar un efecto beneficioso en la comunidad (Márquez et al., 2018). Es posible obtener diversas consideraciones y reflexiones relevantes de los resultados expuestos en las tablas previas.

La Tabla 1, además, muestra la diversidad demográfica, lo que demanda estrategias inclusivas que tomen en cuenta las diversas edades, géneros y características físicas de los residentes. De acuerdo a Escobedo (2007), esto permite organizar sobre la base de un conjunto de hechos ocurridos en la realidad exterior. Esto no solo es vital para aumentar la participación, sino también para

resolver los desafíos que cada grupo puede enfrentar. Por ejemplo, las personas de edad avanzada pueden aprovechar programas personalizados que fomenten la movilidad y el bienestar físico, mientras que los jóvenes podrían requerir estímulos concretos para sostener un estilo de vida dinámico desde una edad temprana tal como lo indican (León & López, 2013).

En la Tabla 2, también se evidencia que existe una mayor inclinación hacia el fútbol y el indor futbol, actividades que tradicionalmente han sido populares en numerosas comunidades de América Latina, en términos de involucramiento en actividades deportivas (Restrepo, 2021). Por otro lado, Romero et al. (2024), indican que esta preferencia puede utilizarse para crear eventos deportivos que fomenten la integración social y la identidad comunitaria, al mismo tiempo que captan la atención de un mayor número de personas. No obstante, es vital tener en cuenta otras actividades que tienen la misma importancia para la diversidad y el bienestar físico integral de los residentes, aunque sean menos comunes. Además, demuestra que el acceso a instalaciones deportivas es crucial para incentivar la actividad física constante. Pese a que las infraestructuras parecen estar bastante accesibles para actividades como el fútbol y la natación, resulta vital valorar la calidad y la disponibilidad de estas instalaciones para garantizar que cumplan con las demandas de toda la comunidad. Las mejoras en la infraestructura deportiva pueden incrementar la participación y reducir los obstáculos vistos, especialmente en áreas menos favorecidas o alejadas del núcleo urbano.

La estrategia de comunicación debe tratar las percepciones y posturas respecto al deporte y la actividad física, sumado a los aspectos estructurales y físicos. Según Deci & Ryan (2000), el impulso inherente, o la aspiración interna de participar en actividades físicas para obtener disfrute y satisfacción personal, es esencial para mantener comportamientos saludables a largo plazo (Vidarte et al., 2011). Por lo tanto, una comunicación efectiva debe enfocarse en fomentar esta motivación intrínseca, destacando los beneficios físicos, mentales y sociales del deporte de

manera que se vincule con los valores y aspiraciones de los residentes de Milagro.

Asimismo, la victoria a largo plazo de cualquier iniciativa deportiva se fundamenta en la colaboración entre diferentes sectores y la participación de la comunidad. Según Sallis et al. (2006), resulta imprescindible que los gobiernos locales, las organizaciones comunitarias, las empresas y los sectores de salud colaboren en la creación de entornos que fomenten la actividad física. Estas organizaciones poseen la habilidad de implementar políticas y medidas que promuevan entornos saludables y activos en toda la ciudad, además de proporcionar recursos y apoyo continuo.

Finalmente, es vital que la táctica de comunicación utilizada para fomentar el deporte en Milagro, sea integral y se adapte a las demandas y preferencias particulares de la comunidad. Las tablas proporcionan una base sólida para la creación de programas que fomenten prácticas saludables y mejoren la calidad de vida. Se pueden establecer bases sólidas para un cambio positivo y perdurable en la salud y bienestar de los residentes de Milagro, al integrar estos hallazgos con principios de inclusión, acceso equitativo a áreas de ejercicio, motivación intrínseca y colaboración comunitaria.

## CONCLUSIONES

La relevancia de la diversidad y la inclusión: la variedad demográfica de Milagro, representada en el estudio, resalta la importancia de implementar estrategias inclusivas que consideren las variadas edades, sexos y rasgos físicos de los habitantes. Para asegurar un involucramiento amplio y justo en las actividades deportivas y de ocio, es esencial elaborar programas deportivos que sean pertinentes y asequibles para todos los colectivos.

Promoción de actividades deportivas populares y acceso a instalaciones: los resultados muestran una alta preferencia por actividades deportivas como el fútbol y la natación, así como un buen acceso a instalaciones deportivas. Según esta conclusión, mejorar las infraestructuras actuales y ofrecer más opciones deportivas populares podría fomentar aún más la participación y el compromiso de la comunidad en Milagro.

Promoción de la motivación intrínseca: Según los estudios, la motivación intrínseca desempeña un rol crucial en preservar un estilo de vida sano que incluye actividades deportivas. Es posible potenciar la motivación interna de los habitantes al transmitir las ventajas del deporte de forma que se alineen con sus valores y metas. Esto podría propiciar un involucramiento más constante y perdurable en las actividades físicas.

Es imprescindible la cooperación intersectorial: para generar ambientes que promuevan la actividad física, resulta imprescindible que diversos participantes, tales como gobiernos locales, entidades comunitarias, empresas y sectores sanitarios, colaboren en conjunto. Estas colaboraciones pueden asistir a Milagro en la creación de un ambiente saludable y dinámico, suministrando recursos, respaldo y políticas para garantizar la ejecución eficaz y duradera de programas deportivos a largo plazo.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allender, S., Cowburn, G., & Foster, C. (2006). Understanding participation in sport and physical activity among children and adults: A review of qualitative studies. *Health Education Research*, *21*(6), 826-835. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/16857780/>
- Barbosa, S., & Urrea, Á. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental. *Katharsis*(25). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6369972>
- Candel, N., Olmedilla, A., & Blas, A. (2008). Relaciones entre la práctica de actividad física y autoconcepto, la ansiedad y la depresión en chicas adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *8*(1). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227017555004>
- Cedeño, C., Márquez, J., & Chávez, V. (2019). La Difusión y Promoción del Deporte a Través de los Medios de Comunicación Masivos. *Revista Ciencias Sociales y Económicas*, *3*(2). doi:<https://doi.org/10.18779/csye.v3i2.296>
- Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2011). *Designing and Conducting Mixed Methods Research* (2nd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications. <https://www.scirp.org/reference/ReferencesPapers?ReferenceID=1596237>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, *11*(4), 227-268. [https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104\\_01](https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01)
- Dyer, A. M., Kristjansson, A. L., Mann, M. J., Smith, M. L., & Allegrante, J. P. (2017). Sport participation and academic achievement: A longitudinal study. *American journal of health behavior*, *41*(2), 179-185. <https://www.ingentaconnect.com/content/png/ajhb/2017/00000041/00000002/art00009>
- Escobedo, J. (2007). El dato en la investigación demográfica: una visión epistemológica. *Papeles de Población*, *54*. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=11205402>
- Hallal, P. C., Bauman, A. E., Heath, G. W., Kohl III, H. W., Lee, I. M., & Pratt, M. (2012). Physical activity: More of the same is not enough. *The Lancet*, *380*(9838), 190-191. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61027-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61027-7)

- León, J., & López, B. (2013). La importancia de las variables demográficas y profesionales en la participación de los investigadores en actividades de propiedad intelectual. *Revista Venezolana de Información, Tecnología y Conocimiento*, 10(3). <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=82329477002>
- Márquez, J., Burau, E., Cevallos, I., & Vázquez, J. (2018). Importancia de la Comunicación Estratégica en la Socialización del Buen Vivir. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuso)*, 3(1). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=673171017004>
- Menéndez Santurio, J. I., & Fernández-Río, J. (2017). Responsabilidad social, necesidades psicológicas básicas, motivación intrínseca y metas de amistad en educación física. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (32), 134-139. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345751100027.pdf>
- Mosqueda, A. (2021). Importancia de la realización de actividad física en la tercera edad. *Dilemas contemporáneos: educación, política y valores*, 9. [https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-78902021000800036](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-78902021000800036)
- Restrepo, L. (2021). Preferencias deportivas por parte de estudiantes universitarios en Medellín, Colombia. *Cultura Educación y Sociedad*, 13(2). doi:<https://doi.org/10.17981/cultedusoc.13.2.2022.07>
- Reynaga Estrada, P., Arévalo Vázquez, E. I., Verdesoto Gáelas, Ángel M., Jiménez Ortega, I. M., Preciado Serrano, M. D. L., & Morales Acosta, J. J. (2016). Beneficios psicológicos de la actividad física en el trabajo de un centro educativo (Psychological benefits of physical activity in an educational center work). *Retos*, 30, 203–206. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i30.50254>
- Ríos, E., Páez, H., & Barbos, J. (2020). *Estrategia de Comunicación*. Cali: REDIPE Red Iberoamericana de Pedagogía. <https://redipe.org/wp-content/uploads/2020/10/Libro-estrategias-de-comunicacion.pdf>
- Romero, O., Ortega, M., Torres, H., & Perlaza, A. (2024). Promoción de la actividad física, deportiva y recreacional para la optimización del tiempo libre y ocio dirigido a niños y adolescentes. *Digital Publisher*, 9(2). doi:[doi.org/10.33386/593dp.2024.2.2240](https://doi.org/10.33386/593dp.2024.2.2240)
- Sallis, J. F., Bauman, A., & Pratt, M. (2006). Environmental and policy interventions to promote physical activity. *American Journal of Preventive Medicine*, 31(4), 15-27. [https://doi.org/10.1016/s0749-3797\(98\)00076-2](https://doi.org/10.1016/s0749-3797(98)00076-2)
- Serrano Giménez, E., Joven Pérez, A., & Lorente Catalán, E. (2022). Autogestión pedagógica aplicada al fútbol formativo: Diseño de una actividad formativa con apoyo tecnológico y su impacto sobre la motivación de los jugadores. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (45), 1061-1068. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471506>
- Stubbe, J.H., Moor, M.H.M., Boomsma, D.I. y Geus, E.J.C. (2007). The association between exercise participation and well-being: A co-twin study. *Preventive Medicine*, 44(2), 148-152. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2006.09.002>
- Vidarte, J., Vélez, C., Sandoval, C., & Alfonso, M. (2011). Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16(1), 202-218. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772011000100015&script=sci\\_arttext](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772011000100015&script=sci_arttext)