

La importancia que tiene la actividad física para las personas privadas de su libertad alojadas en la Unidad Penitenciaria Nro. 58 Lomas de Zamora.



Facultad de Motricidad Humana y Deportes, Universidad Abierta Interamericana.

Autor: Lucas Isola Farrapeira.

12 de Abril de 2024

Índice

Agradecimientos:	3
Resumen	5
Introducción.....	5
Planteamiento del Problema:	10
Objetivos Generales:.....	11
Objetivos Específicos:	11
Justificación:.....	12
Viabilidad:	12
Antecedentes:.....	13
Proyecto de investigación: “¿Se puede considerar el deporte como un instrumento de integración social de la población reclusa Española?”	13
Libro: “La recreación y el deporte social como medio de inclusión”	14
Trabajo de investigación titulado “Educación Física en la cárcel”	14
Marco Teórico:.....	15
La Unidad Penitenciaria, “La Cárcel”.	15
La Unidad Penitenciaria Nro. 58 Lomas de Zamora.....	18
La actividad física en contextos de encierro	23

Apartado Metodológico:.....	25
Conclusiones:	26
Anexo:	28
Entrevista a Fabián, profesor de boxeo, se encontró privado de su libertad casi 10 años y actualmente trabaja en la localidad de Villa Caraza dando clases de boxeo.	28
Entrevistas realizadas a profesores de boxeo del taller “Boxeo Sin Cadenas” que se desarrolla en la Unidad 58.	32
Entrevista realizada al Lic. En Educación Física Martin Danese, Director de Educación del Servicio Penitenciario Bonaerense.	37
Modelo de entrevista para Autoridades del Servicio Penitenciario Bonaerense.....	48
Entrevistas realizadas a seis internos de la Unidad 58 Lomas de Zamora.....	53
Bibliografía:	58

Agradecimientos:

Absolutamente de más está decir que yo solo no podría ser quien soy, entonces mis primeros agradecimientos son destinados a mis padres, Esteban y Viviana.

Decir que les agradezco por todo sería simplificador pero también verdadero, por criarme con mucho amor y permitir que en ningún momento me falte algo. No somos especialmente una familia cariñosa aunque si unida y que se lleva bien. No obstante, pretendo que a través de estas acotadas líneas sepan de lo muy agradecido que soy a lo que ellos me dan y sobre todo a sus enseñanzas. Ojala que el día que tenga un hijo lo pueda criar de la misma manera que ellos lo hicieron conmigo.

A mi hermano, Thomas... Gracias por ser mi hermano, lo bueno que sos a veces me da que dudar y lo sabes ja. Pero te mereces muchas cosas buenas, ojala que siempre te vaya muy bien en lo que te propongas.

Al amor de mi vida, Emilce. La persona que más me ayudo con esta licenciatura y mi apoyo constante. Muchas gracias por ser tan compañera como sos, por amarme tanto y por ser siempre quien me empuja a dar más en el día a día. Sin vos hubiese sido muy difícil poder terminar esto, te amo con locura y espero que sigamos construyendo juntos esta historia.

A mi amigo Martin Danese, por aconsejarme y guiarme siempre. Por tu colaboración en este estudio y por la oportunidad laboral.

Al Servicio Penitenciario Bonaerense, por permitirme desarrollarme como profesional y por las autorizaciones para realizar entrevistas y publicar estadísticas.

A todos mis amigos por su aguante y buenos deseos. En especial a mi amigo, Agustín que oficio de camarógrafo y editor de videos, gracias por tu tiempo y predisposición.

A todas las personas que se tomaron su tiempo para ayudarme con las entrevistas.

A mis compañeros de cursada, por formar un lindo grupo con el que sin dudas se hacía mucho más ameno cursar casi 12 horas.

Resumen

Mediante estas líneas haremos una aproximación al desarrollo de la actividad física en contextos de encierro, y la importancia que los internos le brindan a la misma entendiéndola como un motor para un cambio positivo en sus vidas. Contaremos con entrevistas a autoridades del Servicio Penitenciario Bonaerense, profesores de boxeo y charlas con internos que nos explican su visión sobre la actividad física. Serán los encargados de explicarnos en primera persona sus experiencias y opiniones sobre la actividad física en contextos de encierro

La presente investigación se centra en comprender cómo la participación de personas privadas de su libertad en actividades físicas afecta su bienestar físico, mental y emocional, así como su reinserción social. Las conclusiones revelan que la actividad física no solo mejora la salud general del sujeto ya sea física y mental, sino que también tiene beneficios significativos en la lucha contra la drogodependencia y la reducción de la conflictividad. Además, muchos participantes expresaron que la actividad física les proporciona un escape del entorno carcelario, reduce el estrés y la ansiedad, y les ayuda a mantener una sensación de normalidad y disciplina.

Adicionalmente, podemos encontrar en actividades grupales que las mismas fomentan el compañerismo y la cohesión entre los internos, esto actúa de forma positiva en la convivencia entre pares.

Introducción

La Republica Argentina, como país firmante de las Reglas Mínimas de las Naciones Unidas para el Tratamiento de los Reclusos (También llamadas “Reglas Mandela”) adhiere a una serie de principios

fundamentales que este tratado tiene, los mismos abarcan casi toda la vida del sujeto mientras se halle detenido. Solo por citar algunos ejemplos, las reglas desarrollan ítems tales como: Vestimenta, Visitas, Trabajo, Alimentación, Higiene y Actividad física y deporte.

Parafraseando a la regla 23 de las “leyes Mandela” expone que todo interno debe gozar de al menos una hora de ejercicio físico al aire libre, los establecimientos penitenciarios deben garantizar las instalaciones y el equipo necesario para desarrollar dichas actividades.

Como el título lo propone, haremos especial énfasis sobre este último punto, La actividad física y el deporte. A nivel mundial, cada vez hay una conciencia mayor sobre los beneficios de la vida saludable. Un buen descanso, comer saludablemente y hacer ejercicio son sin dudas una triada fundamental en este aspecto. Nuestro país lógicamente no está exento de estas nuevas tendencias.

Sin embargo, nos situaremos sobre una población en particular, la de los privados de su libertad, personas que por distintas circunstancias han infringido la ley y hoy pasan sus días en centros penitenciarios bonaerenses.

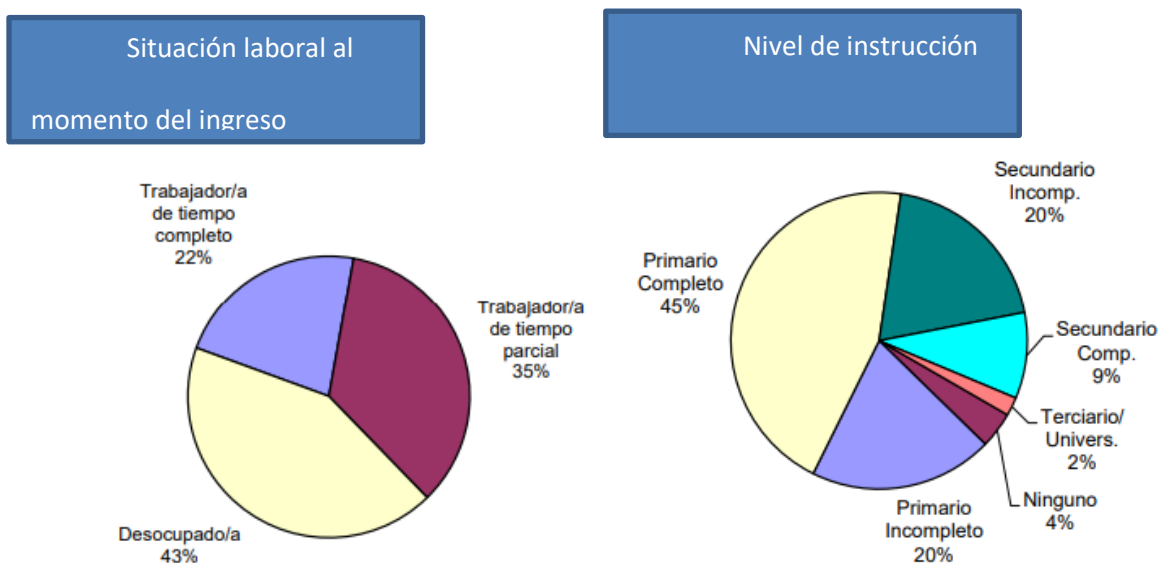
Debemos, a modo de entender el contexto institucional en el cual nos situamos, definir a la cárcel como una institución total. Siendo su mayor objetivo la protección de la sociedad de aquellos sujetos que constituyen un peligro para ella. “Una institución total puede definirse como un lugar de residencia y trabajo, donde un gran número de individuos en igual situación, aislados de la sociedad por un período apreciable de tiempo, comparten en su encierro una rutina diaria administrada formalmente”. (Goffman & Goffman, 1998)

Entre la población encarcelada no hay distinciones, en la mayor parte de los casos los internos conviven entre sí. Sin importar, el delito por el que fueron aprehendidos, la edad, la religión, o la nacionalidad. Lo cual se puede interpretar como un foco latente de conflicto.

Debemos caracterizar a los privados de su libertad como sujetos socioeconómicamente vulnerables. Según los datos del SNEPP (Sistema Nacional de Estadísticas sobre Ejecución de la Pena) informe anual Buenos Aires 2022.

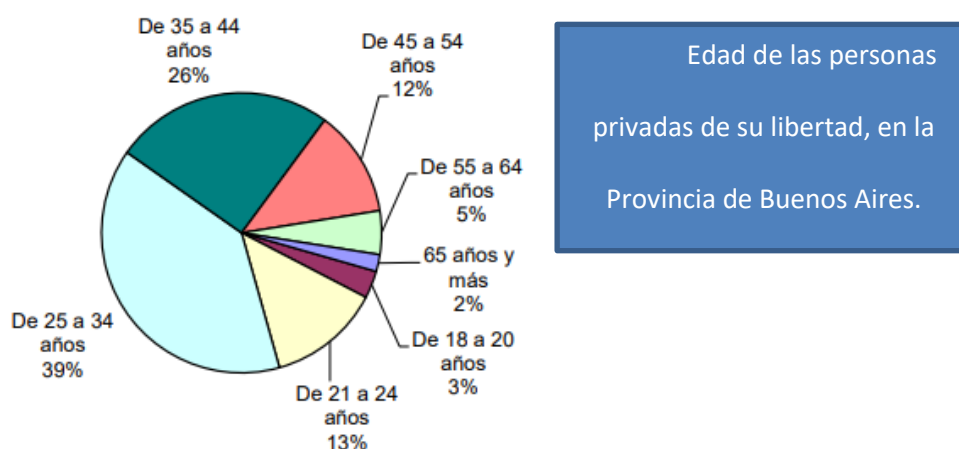
El 96% de las personas privadas de su libertad, son masculinos. El 45% tiene el primario completo, el 20% el primario incompleto, otro 20% tiene el secundario incompleto y apenas el 11% de las personas ostentan un título secundario o universitario, mientras que un sorprendente 4% nunca asistió a una escuela.

Solo el 22% eran trabajadores de tiempo completo, Mientras que el 43% es desocupado y el 35% restante eran trabajadores de tiempo parcial. Agregando que solo el 28% trabajaba más de 30 horas semanales.



Estos datos refuerzan la teoría, que los sujetos detenidos provienen de los sectores sociales marginados, no poseen capitales económicos, culturales, educativos y sociales que le permitan enfrentarse a las demandas básicas de salud, educación, alimentación o vivienda.

Además, del bajo nivel educativo debemos mencionar el consumo problemático de drogas y los ambientes violentos en los que han sido criados. De hecho, es frecuente que más de un individuo de la misma familia se encuentre detenido. Lo cual es todo un ejemplo de vulnerabilidad y de fallas en la socialización primaria y secundaria de la persona ya que el 16% de los detenidos tienen entre 18 y 24 años, y si ampliamos la franja etaria entre los 18 y 34 años obtenemos un 55% del total de sujetos encarcelados.

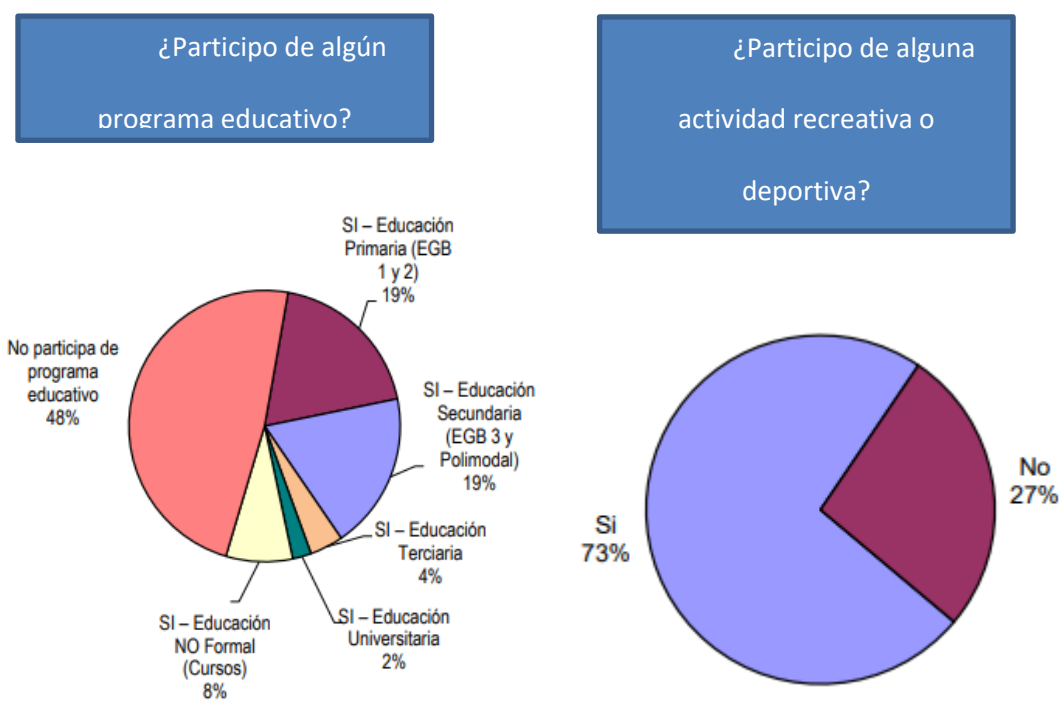


Debemos atender que la vida en estos establecimientos es poco saludable. El hacinamiento, la atención médica deficiente, el poco y mal descanso, el consumo de drogas, la falta de una dieta equilibrada. Sin dudas, son factores que atentan contra una adecuada reinserción social. La labor del Profesor de Educación Física en los penales bonaerenses se ve atravesada por estas circunstancias, estos últimos son quienes deben garantizar que el artículo 40 de la Ley de ejecución penal bonaerense sea cumplimentada “El área tiempo libre comprenderá actividades recreativas, deportivas, estéticas e intelectuales que posibiliten el ejercicio de aptitudes y preferencias de los procesados y condenados” (Art 40, Ley 12.256).

Sin embargo el desempeño de los docentes en Educación Física en la amplia mayoría de los centros de detención de la Provincia de Buenos Aires se ve limitada como un sinónimo de recreación o

bregar por un buen uso del tiempo libre. Con respecto a la Educación Física, como una materia dentro de la curricula escolar, solo desde el año 2022 se incluye dentro de aspectos educativos formales, como así también fueran agregadas materias artísticas como: arte, música o dibujo. Algo que sin dudas es una rareza, debido a que las mismas forman parte indispensable dentro de los contextos educativos en las escuelas primarias y secundarias de la Provincia de Buenos Aires.

Así mismo, la inclusión dentro de las actividades educativas no es precisamente fácil; aspectos como la duración de la condena, la conflictividad con el personal o el resto de los internos o la capacidad de matriculación de la escuela. Son impedimentos para el normal acceso a la educación. Siendo que el 48% de las personas privadas de su libertad no participan, ya sea por decisión propia o por lo anteriormente descripto, de los programas educativos. Mientras que la totalidad de la población tiene acceso de la Actividad física (Siendo la tasa de participación, un 73%), impartida por los Profesores de Educación Física que el SPB tiene en cada Unidad Penitenciaria. Es de destacar que esta última es opcional y con fines recreativos.



Algunas de las funciones que los profesionales de la Educación Física deben realizar son:

Incentivar la práctica deportiva en todas sus disciplinas, organizando a tal efecto, torneos internos.

Planificar actividades específicas de deportes y recreación.

Integrar a los internos con instituciones y entidades deportivas intermedias.

Realizar y elevar estadísticas que permitan efectuar informes y evaluaciones con respecto a sus tareas específicas.

Promover la organización de charlas, debates y exhibiciones.

Luego de esta descripción global de la población carcelaria en la Provincia de Buenos Aires, y el rol del docente de Educación Física podemos abordar los problemas de salud, siendo que el servicio es deficitario, el acceso a medicación es escaso y siendo especialmente problemático el traslado de internos a instituciones locales como hospitales. Aun en este contexto un 61% ha recibido algún tipo de asistencia médica. Uno de los mayores problemas de salud son las enfermedades respiratorias como: Epoc, Asma y Tuberculosis. Producto del encierro, de fumar tabaco y las húmedas y poco higiénicas condiciones de vida.

Planteamiento del Problema:

Es motivo de la presente investigación, de qué manera las personas privadas de su libertad pueden adquirir hábitos saludables como un buen descanso o una dieta equilibrada. Lograr que se amplíe la oferta deportiva y recreativa para todas las personas privadas de su libertad de forma de que

la tasa de participantes aumente. Generar a través del deporte mayor reinserción social, o bien el aprendizaje de las normas que le permitan a las personas una adecuada readaptación a la sociedad.

Objetivos Generales:

Lograr a través del deporte reducir los problemas de convivencia que existen entre los internos.

Descubrir nuevas formas de reinserción social a través de la actividad física.

Determinar que relevancia le dan a la actividad física los internos y también así las autoridades del Servicio Penitenciario como Directores, Subdirectores y Jefes de Vigilancia y Tratamiento (Sector Penal).

Objetivos Específicos:

Evaluar la importancia que los internos le otorgan a la práctica diaria de actividad física en contexto de encierro.

Inculcar a través del deporte al mantenimiento de costumbres saludables como: Buen descanso, buena alimentación, realizar actividad física diaria.

Identificar a través del dialogo y luego llevar a cabo nuevas actividades para así poder abarcar mayor cantidad de personas que realicen actividad física.

Justificación:

Entendiendo las problemáticas a las que se enfrentan diariamente las personas privadas de su libertad, es preponderante el rol que adquiere la actividad física como motor de un cambio positivo en la salud física y mental. Actúa como una herramienta fundamental para reducir el estrés, la ansiedad, mejorar las relaciones interpersonales, aumentar el autoestima y en definitiva mejorar la calidad de vida.

Como hemos descripto anteriormente, el propósito fundamental del sistema penitenciario es la reinserción social, para que esta suceda, precisamos un individuo sano mental y físicamente. Sin perder de vista que un sujeto que se puede valer por sus propios medios puede ser fácilmente contratado y ligado al sistema formal de trabajo, en contraposición con alguien que no lo es. Lo cual incrementa las posibilidades de éxito una vez inmerso en la sociedad.

Comprendiendo que el presente trabajo puede ayudar a precisar nuevos paradigmas sobre la reinserción social y la relevancia que tiene la práctica de actividad física en un mundo moderno cada vez más sedentario. Donde los individuos trabajan cada vez más tiempo, descansan menos y peor, se consumen alimentos de peor calidad nutricional y una larga lista de etcéteras que incluyen drogas, stress, enfermedades cardiovasculares y obesidad.

A través del trabajo intentare “convertir” a las personas privadas de su libertad, en individuos sanos, conscientes de su cuerpo y del mundo que los rodea, con nuevas posibilidades de progreso social a través del trabajo, la educación y la vida sana.

Viabilidad:

Considero que este trabajo es viable, debido a mi empleo en una Unidad Penitenciaria. Me permite tener acceso a estadísticas, entrevistas, encuestas y todo lo que concierne a la investigación en contextos de encierro.

Referido al nivel institucional, a lo largo de este proyecto contaremos con entrevistas a Directores técnicos de boxeo que brindan talleres referidos a su deporte en la Unidad Penitenciaria Nro58, autoridades del Servicio Penitenciario Bonaerense, Director de Educación del Servicio Penitenciario Bonaerense, Director técnico de boxeo que se encontró privado de su libertad por casi 10 años y también tendremos charlas con personas privadas de su libertad quienes nos darán su punto de vista sobre la actividad física y la importancia que esta tiene durante el cumplimiento de su condena.

Hablando, de los recursos financieros que dispongo para realizar el presente trabajo, afortunadamente no necesito grandes erogaciones de dinero. Se trata del mismo lugar de trabajo, hecho que me permite ahorrarme dinero en viáticos y el único material a emplear es una notebook para poder plasmar todo lo conversado.

Antecedentes:

Luego de la búsqueda se ha hallado escaso material científico que relate la presente problemática. No obstante se ha logrado recolectar material bibliográfico relevante para analizar la relación de la Educación Física en cárceles.

Proyecto de investigación: “¿Se puede considerar el deporte como un instrumento de integración social de la población reclusa Española?”

A través de esta investigación del año 2017, la autora, M. Zubiaur-González. Plasma en el trabajo su análisis sobre la inclusión del deporte como herramienta fundamental de resocialización en población reclusa española.

Se tiene en cuenta aspectos como los efectos del deporte en la salud, a la reinserción social, en la drogodependencia y como medio evasor del encierro carcelario.

Destaco que todos estos aspectos se analizaran a lo largo del presente estudio.

Libro: “La recreación y el deporte social como medio de inclusión”

Dentro del mencionado libro se encontró dos capítulos que desarrollan sobre la educación física en instituciones totales (Pág. 179-202) siendo de particular interés lo descrito por el Profesor Santiago Achucarro quien se desempeña en la Unidad Penitenciaria Nro. 12 de Joaquín Gorina dependiente del Servicio Penitenciario Bonaerense. En el citado capítulo desarrolla un resumen muy acertado de como sucede la Educación Física dentro de los establecimientos penitenciarios. Además intenta plasmar de una forma crítica las perspectivas de las docentes en una institución cuyo objetivo principal no es la acción educativa. Esto sin dudas brinda un panorama muy esclarecedor del contexto institucional con el me encuentro en este trabajo.

Trabajo de investigación titulado “Educación Física en la cárcel”

El último de los trabajos encontrados es del año 2009, escrito por el Licenciado en Educación Física Martín Danese quien desarrollo su estudio sobre la población que en ese momento se encontraba alojada en la Unidad Penitenciaria Nro. 40 situada en Lomas de Zamora dependiente del Servicio Penitenciario Bonaerense. A lo largo del estudio, Danese explica cómo se desarrollan las actividades al

aire libre en la Unidad Penitenciaria Nro 40. Y el interés que los internos y personal del Servicio Penitenciario Bonaerense le brindan a las actividades propuestas por los Profesores de Educación Física.

Marco Teórico:

Con la finalidad de tener una adecuada introducción al tema principal de la investigación, entiendo que debemos repasar algunos conceptos previos que pueden ser de gran utilidad para la interpretación del fenómeno a investigar. En este caso la investigación se desarrollara dentro de un mundo poco investigado y un tanto “tabú” como son las instituciones penitenciarias.

La Unidad Penitenciaria, “La Cárcel”.

Goffman, en su libro *Internados*, (1981) define a estas como *instituciones totales* debido a que cumplen con una serie de principios como: un lugar de residencia y trabajo; habitado por un gran número de individuos en igual situación; que a su vez se encuentran aislados de la sociedad por un período apreciable de tiempo; y comparten en su encierro una rutina diaria administrada por alguien más que ellos mismos.

La siguiente cita del libro “Vigilar y Castigar” de Michel Foucault, nos remite a un modelo de construcción que impera en instituciones penitenciarias, escuelas, hospitales generales y hospitales psiquiátricos por ejemplo.

“El panóptico era un sitio en forma de anillo en medio del cual había un patio con una torre en el centro. El anillo estaba dividido en pequeñas celdas que daban al interior y al exterior y en cada una de esas pequeñas celdas había, según los objetivos de la institución, un niño aprendiendo a

escribir, un obrero trabajando, un prisionero expiando sus culpas, un loco actualizando su locura, etc. En la torre central había un vigilante y como cada celda daba al mismo tiempo al exterior y al interior, la mirada del vigilante podía atravesar toda la celda, en ella no había ningún punto de sombra y por consiguiente, todo lo que el individuo hacía estaba expuesto a la mirada de un vigilante que observaba..." (Foucault, 1998, pág. 179).

Tal es así que en estas instituciones, el cuerpo permanece encerrado. El espacio para moverse se ha limitado, trazando fronteras para demarcar su movimiento y poseer un control completo del mismo. Nos remitimos a lo que Foucault denomina "Sociedad Disciplinaria", definiendo como un logro del modelo panóptico, la observación de los cuerpos con un mínimo de personas ejerciendo poder sobre un amplio número de internos, apoyándose sobre sanciones disciplinarias, rutinas diarias y un aislamiento psicológico, moral y público.

M. Foucault (1998) Uno de los aspectos centrales de la sociedad disciplinaria radica en que la disciplina no solo se impone de forma jerárquica (Si bien es la principal) "desde arriba hacia abajo", sino que también los propios individuos se internalizan y llegan a auto disciplinarse en función de normas y expectativas sociales. Lo cual da como resultado una nueva forma de control social que no depende de la coerción externa, sino también de la auto vigilancia y la auto regulación.

Las Instituciones Penitenciarias en Argentina, son, generalmente edificios antiguos. Creados con la finalidad de albergar muchas personas con el único fin de aislarlas de la sociedad, debido a que se puede decir que representan un peligro por ende deben ser encerradas. En general, su estado de conservación es poco más que lamentable, con edificios de principios del siglo anterior que se encuentran dañados por el paso del tiempo, las condiciones de hacinamiento, y el escaso mantenimiento.

Si bien también es cierto que en los últimos 5 años en la Provincia de Buenos Aires se han inaugurado algunos centros de detención en zonas del conurbano que permiten unas mejores condiciones para el personal y para los reclusos.

Podemos destacar que apenas el 52% de las personas privadas de su libertad en la Provincia de Buenos Aires se encuentran penadas, lo cual representa un problema en sí mismo ya que dificulta la separación física de las personas que efectivamente se hallaron culpables de un delito. Mientras que las personas procesadas son un 48% de la población total, lo cual da una suma aproximada de 22.700 personas que aún no fueron encontradas culpables y por consiguiente se podrían presumir inocentes de acuerdo a las leyes penales. El empleo de la prisión preventiva en exceso como claramente queda demostrado, ligado a los largos procedimientos judiciales que prolongan más de lo debido las condenas. Crean en su conjunto una sensación de injusticia, incertidumbre e intranquilidad.

A esta dificultad física para separar a las personas según su situación legal, hay que sumarle los altos niveles de hacinamiento con los que deben convivir los internos, algo que sin dudas conlleva a una mayor conflictividad debido a que actividades cotidianas como lavar la ropa, ir al baño, descansar o hasta incluso comer, pueden tornarse en todo un problema.

La totalidad de plazas con las que dispone el Servicio Penitenciario Bonaerense es de 36.032 (Actualizada al año 2022), entre las 58 Unidades Penitenciarias y las 13 Alcaldías Departamentales. Mientras que las personas alojadas en estas dan un total de 47.945. Es decir una sobrepoblación de 11.913 personas, medido porcentualmente se obtiene un 33% siendo las Unidades penitenciarias del conurbano las más pobladas. Por citar un ejemplo la Unidad Penitenciaria Nro. 43 situada en González Catan, partido de La Matanza aloja a un sorprendente 159% de superpoblación. La Unidad Penitenciaria Nro. 46 ubicada en el Partido de San Martín tiene una superpoblación del 125%, y las Unidades Penitenciarias de Lomas de Zamora arrojan en promedio un 60% de superpoblación.

Mencionado la problemática del hacinamiento, podemos concluir que las cárceles funcionan como depósitos de personas, reconocibles como *“Población excedente”*; Personas que deben ser vigiladas y controladas por su *“Peligrosidad”* para la sociedad. Hablamos específicamente de personas vulnerables, pobres, marginados del mercado formal del trabajo y que en su mayoría habitan en contextos marginales, con acceso limitados a derechos básicos como educación, trabajo, vivienda digna etc.

La totalidad de estadísticas aquí detalladas se obtuvieron del SNEEP (Sistema Nacional de Estadísticas sobre Ejecución de la Pena) 2022 Informe Buenos Aires.

La Unidad Penitenciaria Nro. 58 Lomas de Zamora.

Es el establecimiento donde se desarrolla el presente estudio, se encuentra ubicada en la calle Capitán Giachino, 1700/1800, en el paraje de Santa Catalina, Partido de Lomas de Zamora.

Fue inaugurada en el año 2021, siendo uno de los establecimientos penitenciarios más modernos que la Provincia de Buenos Aires posee. Es de destacar que se encuentra en un buen estado general de preservación.

El sector “Penal” está compuesto por 4 módulos, 3 de ellos contienen 6 pabellones, compuestos por 6 celdas para 4 personas cada una. Mientras que el módulo restante está compuesto por dos pabellones colectivos, es decir, no tienen celdas.

Cada módulo además de los pabellones tiene:

Escuela: A la cual asisten los internos del mismo módulo, con la finalidad de reducir los movimientos de los internos y evitar los problemas de convivencia. Por la mañana se brinda la enseñanza secundaria, y por la tarde, la primaria.

Campo de deportes: Consta de una cancha de tierra de medidas aproximadas de “Futbol 7”. En el módulo “C”, donde se encuentran los internos de mejor conducta, Tienen acceso a una cancha de tejo, una cancha de Futbol-Tenis y una de Vóley donde comúnmente suelen jugar al “PikiVoley” un estilo de Futbol-Tenis pero jugado en una cancha con las medidas y la red de Vóley.

Y en el centro, donde apuntan las salidas de cada pabellón, una “canchita de piso de futbol 5”. Esta se utiliza para las actividades recreativas y deportivas, en jornadas donde las condiciones climáticas no permiten el desarrollo en la cancha de tierra. Esto es sin dudas una gran ventaja comparado a otras unidades penitenciarias, debido a que los internos secan el sector con escobas y secadores para continuar con el cronograma diario de actividades.

Entre medio de dos pabellones, se encuentra un sector de vigilancia vidriado. Desde este lugar los guardias tienen relativo control de todas las actividades que se desarrollan dentro de los pabellones, claro ejemplo del modelo panóptico, también se accede a este lugar para permitir el ingreso y egreso de los internos.

En el interior de cada pabellón podemos encontrar, un espacio común a todas las celdas, comúnmente llamado “La nave” donde encontramos 3 mesas de cemento, con sus respectivos bancos del mismo material, con una capacidad aproximada para 6 internos cada una. Un sector de cocina, donde tienen generalmente uno o dos hornos, y un sector para ubicar heladeras/ Frezzer. También hay un patio pequeño patio abierto al cual los internos suelen acudir a colgar sus prendas luego de ser lavadas, o a realizar actividad física, se encuentra disponible de 9 a 11 am y de 14 a 16 pm. 4 horas al día de Lunes a Viernes.

Con respecto a las celdas, tienen una capacidad estimada para 4 internos. Contiene dos camas cuchetas, un baño, una ducha, dos mesas de cemento con sus asientos y una ventana orientada hacia el exterior, donde se puede observar el muro perimetral.

Los internos al momento de ingreso a la unidad son entrevistados por el personal penitenciario idealmente, un representante de cada sección. Esto se conoce como “Junta de Admisión” y quienes acuden, preguntan al interno sobre su pasado, su actualidad y sus intenciones sobre permanecer o no en la unidad. A estas reuniones suelen acudir personal de: Visita, Asistencia social, Psicólogo, Sanidad, Deporte, Vigilancia y Tratamiento.

Allí se observa la personalidad del interno y las respuestas que este le brinda al personal y se le asigna un nuevo pabellón donde vivir.

En la Unidad 58 se destina el sector “Modulo A” con sus respectivos 6 pabellones, para los internos que se denominan como “Población Común” esta suele ser la más conflictiva dentro de los establecimientos penitenciarios, por caracterizarlos de una simple y rápida manera. Son internos con sanciones ya sea por agresión entre sí o para con el personal penitenciario y suelen mantener un trato muy distante con estos últimos. Pueden ser o no reincidentes pero sin dudas son la población más joven de la unidad, lo cual explica de cierta manera esa rebeldía y “odio hacia la policía”.

En el sector “Modulo B” se diferencian los pabellones 1, 2 y 4 como “Literarios” es una denominación un tanto reciente, son internos de un mejor comportamiento que los anteriores y sus rutinas se basan en lecturas y actividades culturales y educativas; El pabellón 6 es denominado “Pre-Egreso” es un pabellón con características bastantes distintivas debido a que para habitar allí debes estar domiciliado en Lomas de Zamora y tu pena debe vencerse dentro de los próximos dos años. El municipio anteriormente mencionado tiene mucha injerencia, desarrollando aquí múltiples cursos de oficios como electricidad o refrigeración, y talleres educativos.

Mientras que los pabellones 3 y 5 del sector “Modulo B” y 3, 5 y 6 del sector “Modulo C” tienen características “Evangelistas” son regidos por el respeto por la religión, realizan actividades religiosas sumamente estructuradas todos los días. Tienen contacto con iglesias y pastores quienes acuden a los

llamados “Cultos generales” actividades que se realizan entre todos los pabellones. Como otro aspecto significativo podemos mencionar que aquí habitan la mayoría de los detenidos por delitos sexuales, escudándose en la religión como un modo de no sufrir agresiones por el resto de los internos, puesto que esta condena está muy mal vista dentro de la cárcel.

En los pabellones 1, 2 y 4 del sector “Modulo C” habitan la amplia mayoría de internos que realizan actividades para el personal penitenciario tales como mayordomía, mantenimiento de las instalaciones, cocina, limpieza, etc. Son quienes disfrutan de un mejor pasar y quienes mantienen una mejor conducta.

El sector restante es el “Módulo D” con el distintivo que son dos pabellones de características colectivas, no poseen celdas. Lo cual da en muchos casos al interno una mayor sensación de libertad ya que viven todo el día en un “galpón” de mayores dimensiones. No obstante, también puede ser uno de los más peligrosos dado que se pueden originar trifulcas difíciles de detener. El pabellón 1 es habitado por internos cuyos delitos son la violencia contra las mujeres, desarrollan un programa de reducción de la violencia con la intervención de psicólogas y asistentes sociales de la unidad. En tanto que el pabellón 2 es habitado por internos que normalmente se desempeñan en el taller de la unidad.

La vida del interno generalmente se da en la celda, ya que entre las 18 hs (Horario de cierre) y las 7 hs (Horario de abierta) se encuentra encerrado en este último ambiente. Es decir que prácticamente la mitad de su día se pasa encerrado entre 4 paredes, en un lugar muy pequeño, conviviendo con personas que no conoce y soportando el frío o el calor dependiendo la estación del año.

A esta rutina que puede sentirse cansadora y agobiante de solo leerla, debemos adicionarle los 5 recuentos diarios donde el personal debe corroborar que los internos se encuentren en su respectiva celda y sin lesiones. Los internos deben estar despiertos al horario que el recuento sucede, por ejemplo

si el recuento se realiza a la 1 de la mañana y luego a las 4 am, el interno pudo dormir de corrido únicamente esas 3 horas.

Es preponderante el rol que la actividad física puede significar para que los internos busquen que hacer para pasar el tiempo, el ejercicio físico regular también se da dentro de las celdas, como método para sobrellevar la vida que tienen que vivir. “No se puede dudar de que la cantidad de tiempo sin actividad durante el encierro genera aburrimiento, y ello, en muchos casos, conduce a vicios poco deseables como es el consumo de drogas. Con el deporte, en cambio, el tiempo se pasa mejor, y se convierten un medio educativo de autocontrol y de prevención del consumo abusivo (Muntaner y Gago, 2015)” (Zubiaur-Gonzalez, 2017, pág. 8)

Con respecto a las actividades diarias que el interno puede realizar podemos destacar que la Unidad cuenta con un taller donde se realizan tareas de mantenimiento, herrería y carpintería.

La cocina de la Unidad, provee a la totalidad de los internos diariamente de almuerzo y cena. Los mismos internos son quienes se encargan de la cocción de los alimentos, otra de las labores incluye repartir yerba, azúcar, mate cocido, frutas, verduras y pan.

La panadería, es otra de las grandes fuentes de trabajo para los internos, además de brindar la posibilidad de aprender un oficio que puede ser muy útil para el día de mañana. Se cocinan diariamente pan para la totalidad de los internos y del personal penitenciario.

La actividad física, los horarios en que los internos salen al campo de deportes, son de 9 a 11 am y de 14 a 16 pm. Cada pabellón tiene preestablecido su día y horario de egreso, lo cual brinda cierta previsibilidad sobre el desarrollo de actividades. Al tener la unidad cuatro sectores bien diferenciados, permite que la actividad se desarrolle generalmente, en dos sectores simultáneamente. Este cronograma se repite semanalmente, por ende y si los factores climáticos contribuyen cada pabellón tiene la posibilidad de 2 horas semanales de actividad física.

Además de la actividad física para los internos, es trabajo de los docentes en Educación Física, brindar al personal una actividad semanal para su esparcimiento y entrenamiento.

La actividad física en contextos de encierro

En primer instancia entendemos que la actividad física es considerada “como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos obteniendo como resultado un gasto energético, normalmente se mide en calorías por día o por semana, aunque también pueden ser utilizadas otras unidades de tiempo” (Caspersen, 1985)

A partir de la presente definición, podemos concluir que todas las personas realizamos actividad física todos los días, en cualquier lugar del mundo sin distinción de culturas o sociedades. Debido a que una acción como tomar agua puede ser considerado actividad física ya que involucra el movimiento de los músculos esqueléticos y da como resultado un gasto energético.

No obstante, también comprendemos que este gasto energético no es uniforme para todas las personas por igual, sino que depende de su composición corporal, intensidad y duración del movimiento entre otros factores determinantes.

En este estudio no realizaremos aportes en este sentido de la actividad física, sino más bien entendiéndola como un proceso intencional, estructurado, repetitivo y con la intención de mejorar nuestro estado de salud integral y el rendimiento físico. Entonces comenzaremos a hablar de ejercicio físico; quien comparte con el término anterior que ambos involucran movimientos corporales producidos por nuestros músculos esqueléticos y que conllevan una demanda energética.

Con la práctica de ejercicio físico podemos concluir que el movimiento repercute en todo nuestro ser, tiene afecciones a nivel físico, emocional, energético etc. Estos beneficios son reconocidos actualmente a nivel global.

El Ministerio de Sanidad Español enumera los siguientes beneficios:

Beneficios fisiológicos

La actividad física reduce el riesgo de padecer: Enfermedades cardiovasculares, tensión arterial alta, cáncer de colon y diabetes.

Ayuda a controlar el sobrepeso, la obesidad y el porcentaje de grasa corporal.

Fortalece los huesos, aumentando la densidad ósea, también actúa como fortalecedor de músculos, tendones y articulaciones.

Beneficios psicológicos

La actividad física mejora el estado de ánimo y disminuye el riesgo de padecer estrés, ansiedad y depresión; aumenta la autoestima y proporciona bienestar psicológico.

Beneficios sociales

Fomenta la sociabilidad.

Aumenta la autonomía y la integración social, estos beneficios son especialmente importantes en el caso de discapacidad física o psíquica.

Concluimos que mediante la práctica rutinaria de ejercicio físico podemos sentirnos más aliviados y más felices. Esto se debe a la liberación de una serie de hormonas, entre ellas la más conocida, la endorfina. Reconocida como la hormona de la felicidad. Sucede también una mayor activación cerebral, y un mejor estado de ánimo general.

Esto lo podemos determinar a nivel general de la población, sin embargo, entre la población encarcelada el deporte puede suponer importantes beneficios. El aburrimiento puede ser sin dudas uno de los peores castigos, suele ser un foco latente de conflicto. En este sentido, la práctica de ejercicio físico cotidiano puede funcionar como una “válvula de escape” es decir, un modo de experimentar una cierta sensación de tranquilidad y libertad.

El ejercicio físico y el deporte se erigen como una gran ayuda para sobrepasar la abultada cantidad de horas encerradas, romper la rutina y acabar con ese aburrimiento.

Apartado Metodológico:

El enfoque general con el que es desarrollada esta investigación es el cualitativo. Se comenzó con el proceso examinando los hechos y revisando estudios previos de forma simultánea generando así una teoría consistente con la observación.

Se eligió este modelo debido a que “Resulta conveniente para comprender fenómenos desde la perspectiva de quienes los viven y cuando buscamos patrones y diferencias en estas experiencias y su significado” (Sampieri, 2018, pág. 9). En el presente caso resultaría comprender la importancia que las personas privadas de su libertad le otorgan a la actividad física.

Como método de recolección de datos fueron utilizadas las entrevistas. Dentro de este grupo podemos citar a las entrevistas semi-estructuradas por ejemplo las realizadas a los profesores de boxeo, a las autoridades del servicio penitenciario y a los internos. Se buscó este formato de entrevistas debido a que se buscaban perspectivas internas y profundas de los participantes.

Además podemos sumar otra forma de recolección de datos como son las historias de vida. Se realizó una entrevista en profundidad, la cual fue recortada a fines de no extenderse sobre los temas

que conciernen al presente estudio, con “Fabián” sin dudas la considero un faro fundamental dentro de la investigación ya que fue un gran método para comprender distintas perspectivas otorgándole actualidad y sensibilidad al estudio.

“Los propósitos centrales del análisis cualitativo son: 1) explorar los datos; 2) imponerles una estructura (organizándolos en unidades y categorías); 3) describir las experiencias de los participantes según su óptica, lenguaje y expresiones; 4) descubrir los conceptos, categorías, temas y patrones presentes en los datos, así como sus vínculos, a fines de otorgarles sentido, interpretarlos y explicarlos en función del planteamiento del problema; 5) comprender en profundidad el contexto que rodea los datos; 6) reconstruir hechos e historias; 7) vincular los resultados con el conocimiento disponible; 8) generar una teoría fundamentada en los datos.”
(Sampieri, 2018, pág. 465)

Conclusiones:

La conclusión a la cual podemos llegar a través del presente trabajo, intentándose identificar cual es el lugar que tiene la actividad física o ejercicio físico para los internos y el personal penitenciario en la Unidad Nro. 58 Lomas de Zamora.

Mediante entrevistas, a los internos y al personal del Servicio Penitenciario Bonaerense podemos esbozar que sin dudas en esta unidad en particular, ocupa un lugar preponderante en la consideración sobre la realización de actividades deportivas, talleres, torneos etc.

Algo muy importante que pudimos apreciar durante el trabajo de campo, es que en esta Unidad, a diferencia de otras, se encuentran trabajando cuatro profesores de educación física para una

población total aproximada de 450 internos, asegurando que todos los días existan oportunidades de participar en la clase de educación física y generar ofertas deportivas-recreativas. Sabemos que el conocimiento científico generado por esta investigación, se constituirá como un aporte para la discusión acerca del modo de orientar la educación física y actividades que se gestan alrededor de ella, dentro de las Unidades Penales.

De este modo, y comprendiendo que en la Unidad Penitenciaria Nro. 58, nos encontramos con un contexto casi “ideal” debido a la baja cantidad de población, y nutrido grupo de profesores. Quisiera cuestionar la cantidad de profesores que se hayan trabajando en otras dependencias que según mi punto de vista no alcanzan para mantener una buena oferta de actividades deportivas y recreativas. Lo cual actúa en detrimento de una adecuada reinserción a través del deporte, y todos sus beneficios.

Como se ha podido observar a lo largo de este trabajo, efectivamente el practicar actividades físicas y deportivas en una situación de reclusión y privación de libertad mejora claramente la calidad de vida de los internos, sirve de gran ayuda para abandonar la drogadicción, mejora las relaciones sociales y la resolución de conflictos.

Esto significa que tiene efectos muy beneficiosos para la vida en prisión, haciendo más llevadera y menos conflictiva, y que esto puede influir en su vida posterior. Sin embargo, el efecto resocializador del deporte, una vez que los sujetos están fuera de la cárcel, es muy difícil de demostrar. La sociedad desempeña un papel decisivo en la reinserción, excediendo claramente a la actividad deportiva y a todo el programa de tratamiento de una prisión como se pudo observar en la entrevista con “Fabián”. El problema fundamental radica al momento que los internos salen en libertad, la sociedad no siempre responde de forma que les ayude a integrarse y llevar una convivencia pacífica. Los buenos efectos del deporte en prisión no pueden garantizarlo, ni por sí mismo ni siquiera en combinación con otros

factores rehabilitadores. No obstante, los efectos positivos constatados justifican que se fomente la práctica de la actividad física y deportiva en prisiones.

Anexo:

Entrevista a Fabián, profesor de boxeo, se encontró privado de su libertad casi 10 años y actualmente trabaja en la localidad de Villa Caraza dando clases de boxeo.

¿Por qué fuiste detenido? Contanos un poco sobre tu experiencia en prisión.

“Si, fui detenido por homicidio. Al momento de mi detención me llevaron rápidamente a la Unidad Penitenciaria Nro. 30 de General Alvear ahí conocí el “mundo cárcel”. Recuerdo que todos tenían miedo, para mí era algo normal, me crie en una villa. Acá en Caraza si no tenes un porro en la mano y un fierro en la cintura, no sos nadie. De más está decir que no es para normal lo que estoy contando.

La vida ahí adentro es muy dura, mucha hambre, mucha discriminación pero siempre digo, nadie te lleva ahí. Si te llevan ahí es porque algunos caminos erróneos tomaste. Conocí distintas cárceles, diversas formas, diferentes autoridades.

El boxeo dentro del contexto carcelario lo empecé a desarrollar en la Unidad Penitenciaria Nro. 2 de Sierra Chica. Fue muy duro y difícil, el régimen ahí es muy cerrado, muy estricto. Nuestra vida era celda-patio, patio-celda. Algunos teníamos la posibilidad de ir a la escuela, pero nada más. Me costó mucho por la discriminación existente, de parte del interno y del Servicio Penitenciario. Mi meta siempre

fue no sentirme privado de libertad en mi vida, físicamente estaba encerrado, pero que mi mente era libre”.

¿Cómo llegaste a la práctica del boxeo y que te motivaba a dar clases de boxeo dentro de la cárcel?

“Yo el boxeo ya lo conocía, fui boxeador profesional, hice aproximadamente 15 peleas.

Dentro de la cárcel, al principio fue una incógnita, no sabía con qué gente me podía encontrar, lógicamente esa gente no están por buenos. Me la jugué, comenzamos con las clases. Era una manera de proponerles un cambio.

Similar a lo que pasa acá en Caraza, a los chicos los incluyo y evito que estén fumándose un porro o tomándose una cerveza. Con el interno era lo mismo, en vez de estar robándose entre internos o peleándose por cualquier cosa les decía `vamos a sentirnos libre, nos cansamos, hacemos gimnasia, hacemos boxeo y la mente la tenes estable. No pensas en el encierro´ Creo que esto último termina derivando en muchos suicidios, lamentablemente muchos se quedan estancados, se sienten tristes y solos.

En mi caso mezcle el estudio con el boxeo y debo decir que me fue muy bien”.

¿Qué es lo que les inculcas a los chicos que acuden a tu escuela de boxeo?

“Que se valoren ellos, y que valoren mucho a sus padres. Acá yo veo que vienen padres que traen a sus hijos y vienen con muchos hijos, y realmente si le tengo que cobrar una cuota se me parte el alma, entonces no le cobro. Acá en Caraza el que no es cartonero, junta aluminio y así, y no lo digo por excluir. Es trabajo igual, pero yo gracias a dios trabajo en una imprenta e intento inculcarles lo que yo fui en el pasado y lo que soy en el presente.

Prefiero tener a los chicos en mi clase, sino sé que van a ir a juntarse a la esquina con los vicios que eso trae. Acá al igual que en la cárcel, se lucha contra todo.

Pero fundamentalmente eso, que valoren a sus padres. Cuando le compran una zapatilla, que los traen y los llevan”.

Sos sin dudas un testigo de la reinserción social a través del deporte, ¿Qué “consejo” les podrías dar a quienes hoy se encuentran privados de su libertad?

“Realmente a mí me pasaron muchas cosas, pero lo que más valore ahí dentro es la escuela y el boxeo. Pude terminar el colegio secundario, e iniciar el terciario.

Mezclar el estudio con el deporte fue tremendo. Además de tener mi mente ocupada, tenía mi cuerpo cansado, no pensaba en nada malo solo cosas positivas. Les deseo que se valoren como personas.

Eso es el infierno ahí reina la maldad. Al que es malo lo tienen como si fuese el mejor, y al que es bueno lo tienen como un gil, como un ‘gato’. Opino que todo es al revés, si sos inteligente buscas salir del muro, no quedarte ahí adentro. Después son elecciones de vida de cada uno”.

¿Crees que la práctica de deportes, podría mejorar los índices de reincidencia?

“Sin dudarlo, lo bonito dentro de las unidades es generar talleres, como se están haciendo de Boxeo, Rugby etc.

Creo que el deporte te puede cambiar la vida, tiene que ver con la constancia”.

¿Qué te gustaría mejorar en tu escuela de boxeo y para poder continuar con ese trabajo de “sacar chicos de la calle”?

“Fundamentalmente, podríamos mejorar en lo material el espacio es muy chico y asisten muchos chicos del barrio que necesitan el deporte. Tengo pocas cosas, acá un par de guantes quizá lo usan 10 personas y no está bueno, se mezclan la transpiración de todos. Tener más y mejores cosas me permitiría tener y sacar de la calle a más personas. Yo lamentablemente no puedo vivir de esto hoy, porque la cuota que se cobra es mínima, soy consciente de lo que es el barrio y súmale a eso que yo tengo mis hijas, alquilo mi casa. Pero bueno a mí no me importa que pague la cuota, nunca deje afuera de mis clases a nadie. Mi paga es cuando veo a los chicos arriba del ring y disfrutando, eso es lo que me llena”.

¿Deseas agregar algo que crees que no fue preguntado en esta entrevista?

“Solo decir que yo veo mucha discriminación, me paso a mí y también lo veo en otras personas con los ex privados de su libertad.

Es muy difícil poder encontrar un trabajo que permita mantenerte, pasa que ven tu CV y no te llaman nunca más. Eso habría que cambiarlo, hay que dar una mano entre todos”.

Entrevistas realizadas a profesores de boxeo del taller “Boxeo Sin Cadenas” que se desarrolla en la Unidad 58.

Las siguientes entrevistas fueron hechas a Omar, Federico y Ariel. Son tres personas que realizan visitas quincenales a la Unidad Penitenciaria Nro. 58 y pertenecen al Programa Deportivo “Boxeo Sin Cadenas”. Este programa se desarrolla en distintas cárceles de la Provincia de Buenos Aires. Todos ellos son profesores de boxeo y se encargan de brindar clases de su deporte a los internos, es de destacar que su trabajo es Ad Honorem.

¿Cuáles son los objetivos que tiene “Boxeo Sin Cadenas”?

Los profesores coinciden que el principal objetivo de Boxeo Sin Cadenas es fomentar la inclusión social a partir de la práctica recreativa del deporte y generar dinámicas entre docentes para impulsar la apertura de espacios similares en unidades penitenciarias en todo el país. Al respecto el profesor Omar dijo: *“La reinserción social a través del deporte, te lo comento a modo de ejemplificar, el año pasado me cruce a un chico que en su momento conocí en la Unidad Penitenciaria Nro. 40 y antes de fin de año lo encontré en un encuentro boxístico compitiendo y luego lo invite para que venga a mi gimnasio a entrenar y hoy el chico esta con trabajo, en pareja y haciendo deporte”.* Mientras que el Profesor Ariel

comento: *“Tiene un gran componente de recreación, la práctica deportiva les hace muy bien, es una actividad en la que pueden refugiarse y sentirse tranquilos y seguros”.*

¿Qué es lo que te motiva a venir a enseñar tu deporte en una Unidad Penitenciaria?

Al ser consultados sobre su motivación personal, esto dijo el Profesor Federico: *“Mi mayor motivación es compartir un espacio de encuentro con profesores y alumnos y fortalecer el vínculo que genera la propuesta a nivel humano”*; Omar también completo: *“Se conjugan las ganas que tengo de enseñar y las ganas que tienen ellos de aprender”*; Mientras Federico insistió: *“Los recibimientos que nos dan son geniales, me llenan el pecho de emociones”.*

¿Cómo te sentís cada vez que entras a la institución?

Con respecto a esta dimensión Ariel dijo: *“Desde el inicio de las actividades en la Unidad 58 nos hemos sentido bien recibidos por los profesores y autoridades. A su vez, la bienvenida por parte de los alumnos es por demás cálida y generosa.”* Mientras que Omar y Federico agregaron: *“Vamos con muchas ganas de enseñar, es una gran alegría saber que del otro lado nos esperan personas con ganas de aprender, eso es simplemente espectacular”* Omar prosiguió: *“Para mí es un día de júbilo, día de festejo”.*

¿Cómo crees que las autoridades penitenciarias reaccionan a sus visitas?

Al ser preguntados sobre esto tuvieron diversas miradas, Federico afirmo: *“De forma positiva, siempre hemos tenido en la Unidad 58 mucha facilidad para el diálogo. No solo nos han permitido generar y sostener el espacio y sino que también han sido siempre muy abiertos a las propuestas que han surgido desde el Programa y desde los alumnos mismos.”* Mientras que Ariel si bien estuvo de acuerdo, también considero: *“Yo también creo que las autoridades deben estar contentas porque saben que los internos se mantienen ocupados con una actividad sana y de recreación; pero por otro lado también creo que un poco molestamos, por todos los permisos que deben ser gestionados para nuestras visitas, tienen que prestar mayor atención a todos los movimientos y me parece que eso les debe romper un poco la cotidianeidad”.*

¿Qué pensamiento crees que tienen de un deporte “violento” como el boxeo?

Sobre esta temática el profesor Ariel señalo: *“Para mí el boxeo no es violento, entiendo que es algo difícil de explicar a quiénes son ajenos al boxeo y al deporte en general. Para mi violencia es cuando una persona obliga a otra a hacer algo que no quiere, y en el boxeo esto no sucede. Hay dos personas que están de acuerdo en boxear y también hay un árbitro que va a hacer valer las reglas”.* El profesor Federico continuo: *“El boxeo no es violento, es un acuerdo. Lógicamente el deporte tiene una agresividad fuerte, como también puede ser el Rugby. Sin embargo esta es una tarea que el profesor debe llevar adelante, hay que hacer un proceso de preselección de quienes son los internos que están capacitados para pegar y para recibir y sobre todo evitar cruces entre personas que se tienen bronca”.* Federico además de coincidir con los profesores desarrollo su teoría: *“Para mí, más que el boxeo, uno de los deportes más violentos es el hockey. Es donde existen mayores lesiones, debido al tipo de deporte, a los choques, a los palos y también por culpa de la bocha”.*

¿Qué relevancia observas que los internos le brindan al deporte o actividad física en general?

Al ser consultados sobre la importancia que los internos le brindan a la actividad física, pregunta que prácticamente replica la inquietud que da origen a esta investigación. Los tres profesores afirman que la relevancia es la máxima posible, esperan con muchas ansias el día de entrenamiento. La actividad es sostenida en gran parte por el compromiso que los alumnos sostienen con el espacio, las clases no podrían continuar si no fuera por el interés generado en ellos. No solo es evidente el progreso físico sino también técnico, lo que prueba la constancia y disciplina. El profesor Omar comenta una anécdota: *“Me ha pasado que debido al transporte público, en alguna ocasión me demore y la verdad que los pibes ya estaban en la cancha esperándome, todos con sus respectivas vendas, entrenando y corriendo a full. Cuando me vieron se pusieron como locos preguntándome que me había pasado que me había demorado casi cuarenta minutos ja”*. Ariel también comento a través de una anécdota algo que le llamo mucho la atención: *“Me sorprende gratamente los casos de Polaco y Milton, son dos chicos que están con condenas largas. Sin embargo siempre son los primeros en preguntar, en mostrar un ejercicio y ponerle las mejores pilas al entrenamiento. Es buenísimo que a través del deporte ellos puedan canalizar y tomar hábitos sanos ya que son personas a las que les deparan más de veinte años en prisión, creo que el boxeo en particular y el deporte en general generan rutinas en ellos que hacen que no caigan en depresión o en las drogas por ejemplo”*. Federico dijo: *“Con solo ver las caras de felicidad, te das cuenta de todo. Yo doy clases en gimnasios de Capital Federal, también preparo chicos para que se inicien en el boxeo; Sin embargo no siento en ningún lugar lo que me pasa en cada visita a la unidad. De la manera en que me miran, me escuchan para luego ejecutar cada corrección que les hago, es algo difícil de explicar. Siento mucha gratitud de su parte”*.

¿De qué manera te sentís reconfortado al hacer tu tarea?

Al ser consultados sobre esta variable, los profesores coinciden sobre la satisfacción que sienten al brindar sus conocimientos, particularmente en sus visitas a la Unidad Nroº58 Lomas de Zamora. Afirman en que en ningún lugar donde dan clases sus alumnos reciben los contenidos de la misma forma que los internos. Creen que es debido a que valoran muchísimo el tiempo que los profesores se toman de manera gratuita para ir a impartirles clases. Destacan ejemplos de personas que en algún momento estuvieron privadas de su libertad y participaron de los programas de “Boxeo sin Cadenas” y hoy, en libertad, tienen un trabajo y a partir del boxeo comprendieron y le dieron más valor a su vida.

Enumérame alguno de los objetivos que tenes en mente cada vez que das una clase.

Sobre los objetivos de la clase, el profesor Ariel desarrollo: *“Clase a clase, pautamos contenido físico y técnico que responde a los objetivos que nos planteamos con los profesores. Siempre planificamos el encuentro pero también consideramos propiciar momentos para dar lugar a los intereses que puedan surgir por parte de los alumnos”* El profesor Omar dijo: *“Para mi es fundamental el compañerismo, es algo inherente a la vida y que quizá muchos no lo tienen en cuenta en el boxeo al ser un deporte individual. Sin embargo, todos los entrenamientos se dan en formato Sparring, es decir, en parejas. La importancia radica en aceptar al compañero y ajustar los niveles técnicos en pareja, no le tenes que romper la cabeza, sino adaptarte y ser solidario. Es buenísimo que todos crezcan a la par, porque de lo contrario simplemente me quedo sin compañeros”*. El profesor Ariel esbozo respecto a los

objetivos de las clases: *“La idea es siempre que pasen un lindo momento más allá del lugar en el que se encuentran, que como muchas veces al terminar me agradezcan por “haberlos sacado a la calle un rato” eso para mí es la gloria. Que una persona que se encuentra detenida venga y te agradezca por sacarlo a la calle como una forma de expresar su felicidad es tremendo, cuando apoyo la cabeza en la almohada sé que estoy haciendo las cosas muy bien”.*

¿Qué enseñanzas para la vida crees que el interno se puede llevar de tus clases o del deporte en particular?

El profesor Omar opino: *“La solidaridad, el compañerismo y la humildad son tres valores que considero fundamentales en la práctica deportiva y también si lo extrapolamos a la vida diaria. Forma parte inherente de ser una buena persona adaptada a la sociedad”.* Mientras que el profesor Federico observo: *“En lo personal, creo que como metáfora de la vida, el boxeo como disciplina nos permite más de una reflexión, sobre todo a la hora de entender el proceso de aprendizaje en conjunto, donde el compañerismo es el eje central del crecimiento”.*

Entrevista realizada al Lic. En Educación Física Martin Danese, Director de Educación del Servicio Penitenciario Bonaerense.

1) ¿Contanos porque ingresaste al Servicio Penitenciario Bonaerense y cómo fue tu desempeño profesional hasta ostentar el cargo que actualmente tenés?

“Ingrese al SPB en el año 2007 como profesor de educación física en la Unidad N° 40 de Lomas de Zamora buscando principalmente una salida laboral, luego de unos años de trabajo en esa dependencia en el año 2018 se me presento la posibilidad de comenzar a trabajar como Coordinador de Educación, Cultura y Deporte del Complejo Penitenciario Bonaerense que comprende otras Unidades Penitenciarias, Luego de unos años cumpliendo esa función e incorporando aprendizajes nuevos relacionados con las actividades educativas y culturales que eran cuestiones que por mi función de Profesor de Educación Física no conocía, se presenta la oportunidad de incorporarme como Director de Educación en el año 2022 articulando las actividades educativas primarias, secundarias, terciarias y universitarias de las 60 Unidades Penitenciarias del SPB que cuenta con más de 50.000 Personas Privadas de su Libertad.

Hasta el día de hoy cumpla con esa función de la cual me encuentro muy feliz de desarrollar principalmente porque soy un convencido que la Educación es la mejor herramienta para la inclusión de las personas que no contaron en su vida con igualdad de oportunidades.”

2) ¿Háblanos sobre tu rol como director de educación, cuáles son tus facultades?

“La dirección de Educación del Servicio Penitenciario Bonaerense tiene la misión de promover y facilitar el acceso a la educación entre las personas privadas de su libertad, procurando generar una experiencia de vida que pueda ser sentida como completa, realizadora y satisfactoria, que posibilite la inclusión social; ampliando las perspectivas de futuro, contribuyendo a disminuir de este modo los

niveles de reincidencia, favoreciendo a la política de seguridad y colaborando al cumplimiento del fin por el que es creado el Servicio Penitenciario de la Provincia de Buenos Aires.

Modelo de Desarrollo Institucional: Promover, fomentar y ejercer todas las acciones a su alcance para mejorar los Servicios Educativos destinados a las personas privadas de su libertad en un ambiente, inclusivo, de sana convivencia, respeto mutuo y promoción de valores morales, colaborando de forma permanente con todas las Instituciones Educativas que desarrollan actividades destinadas a las personas alojadas dentro del Sistema Penitenciario. Procurar el bienestar de los estudiantes, la formación de la persona basada en su desarrollo humano, convencidos que todos podemos ser mejor para bienestar propio y el de los demás.”

3) ¿Cuanta matriculación existe en las escuelas dentro de contextos de encierro en la PBA?

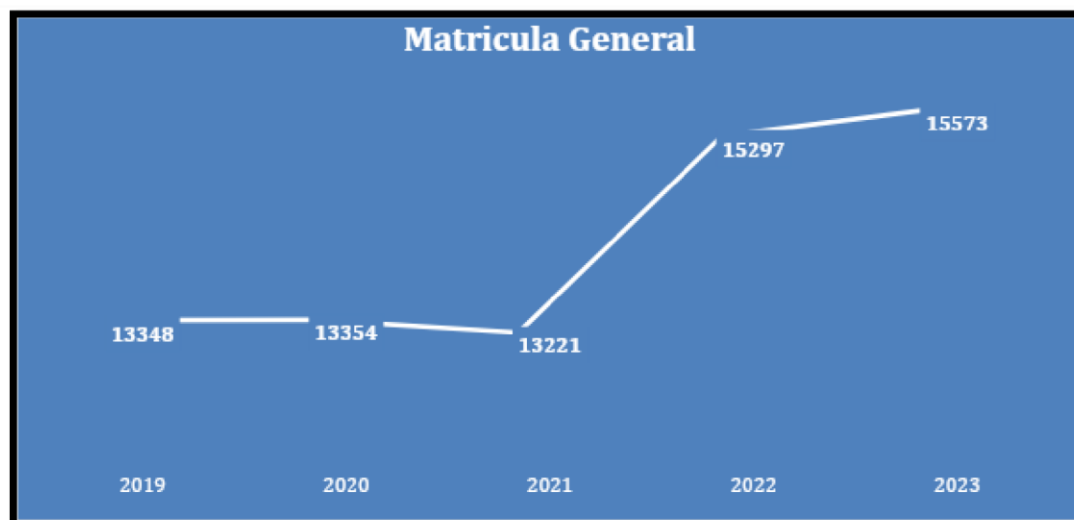
¿Qué porcentaje de internos es el que logra recibirse?

Evolución de la matriculación del año 2019 al 2023

ACTIVIDADES DE LA DIRECCIÓN DE EDUCACIÓN

EVOLUCIÓN DE LA MATRÍCULA DE ALUMNOS - AÑOS 2019 A 2023

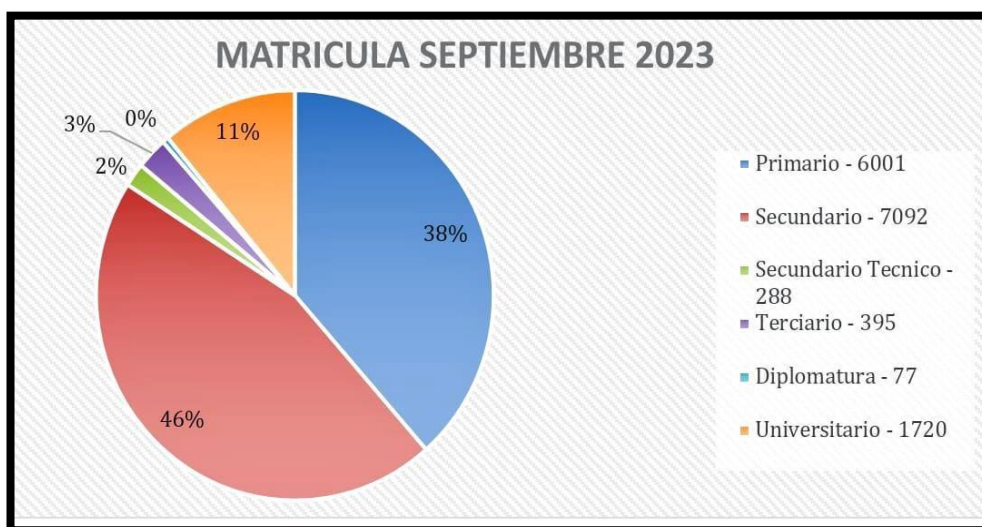
Matricula Histórica					
Año	2019	2020	2021	2022	2023
Matricula General	13.348	13.354	13.221	15.297	15.573
Población	43.880	40.254	44.322	45.343	47.167
Porcentaje	30%	33%	30%	34%	33%



Matriculación total en las Escuelas del SPB. A septiembre del 2023

MATRÍCULA A SEPTIEMBRE 2023

	Femenino	Ley Género 26743	Masculino	TOTAL
PRIMARIO	364	9	5628	6001
SECUNDARIO	422	13	6657	7092
SECUNDARIO TECNICO	0	0	288	288
TERCIARIO	43	0	352	395
DIPLOMATURA	2	4	71	77
UNIVERSITARIO	198	3	1519	1720
MATRICULA TOTAL	1029	29	14515	15573



OFERTA EDUCATIVA - NIVEL PRIMARIO, SECUNDARIO Y Terciario

“El Servicio Educativo de Nivel Formal, en lo que respecta a Educación Primaria y Secundaria, se encuentra incorporado en las cárceles de la provincia, a través del Convenio marco establecido entre el Ministerio de Justicia y DDHH y la Dirección General de Cultura y Educación, la Escuela de nivel primario se encuentra representada por las E.E.P.A (Escuela de Enseñanza Primaria para adultos) y la Escuela Secundaria C.E.N.S (Centro de Enseñanza de Nivel Secundario). En lo respectivo al nivel Terciario la presencia en contexto de encierro se realiza a través de los Institutos Superiores de Formación Docente (ISFD) y Formación Técnica (ISFDyT) con una oferta de carreras muy diversa.

En el año 2023 se egresaron de los distintos niveles educativos 3000 estudiantes lo que representa el 20 % de la cantidad total de estudiantes”

4) ¿Qué objetivos te trazas para el año 2024?

“Las Proyecciones de la dirección de educación para el ciclo lectivo 2024

Objetivos generales

- *Sostener e incrementar la cantidad de estudiantes de todos los niveles educativos.*

Durante el año 2023 la matrícula total de estudiantes es de 15.600 Privados de Libertad participando en actividades educativas, el objetivo sería lograr incrementar el 10 % (1.560 Plazas) de esa cantidad total generando nuevas propuestas educativas u optimizando al máximo la infraestructura buscando ampliar la capacidad edilicia de cada establecimiento educativo, en los niveles Primario y Secundario mejorando espacios áulicos, franjas horarias para generar turnos intermedios y potenciar al máximo los espacios existentes.

- *Incorporar más recursos humanos al área de Educación en los diferentes destinos y promover la profesionalización y formación permanente.*

Incrementar los Recursos Humanos y fomentar la formación permanente de los agentes del área de educación permitirá mejorar la capacidad de gestión de las actividades educativas en las diferentes dependencias, fortaleciendo los lazos interinstitucionales, mejorando el nivel de participación de los Privados de Libertad, ampliando la oferta educativa en las dependencias en las que se cuenta con lista de espera y optimizar las gestiones administrativas.

- *Generar más propuestas de Educación Superior dentro de las Unidades Penitenciarias y ampliar la oferta en los Complejos Penitenciarios en los que aún no se cuenta.*

Se buscará incrementar las propuestas educativas de Nivel Superior que se realizan dentro de las Dependencias Penitenciarias buscando generar nuevos espacios de participación y ampliando los ya existentes.

- Fortalecer los lazos interinstitucionales y generar nuevos vínculos.

A través de mesas de diálogo y gestión se buscará fortalecer los lazos con las distintas instituciones con las cuales el Servicio Penitenciario mantiene vínculos y asimismo fomentar el trabajo articulado entre las mismas en los distintos Complejos y Unidades Penitenciarias”.

5) ¿Qué importancia crees que el SPB le da a la educación formal en contextos de encierro y cuál crees que le da el interno?

“Cada año la educación en contexto de encierro va teniendo más trascendencia a nivel institucional e interinstitucional incrementando cada año sostenidamente la matrícula de estudiantes en todos sus niveles, agregando infraestructura e incorporando recursos humanos y logísticos al Área.”

6) ¿Crees en la reinserción social a través de la educación?

“Por supuesto que creo, entiendo que la educación y el trabajo son las herramientas fundamentales para lograr una adecuada inclusión social y así contribuir a la seguridad ciudadana.”

7) ¿Que nuevas herramientas crees que la educación les brinda a los internos?

“Principalmente brinda herramientas de dialogo, reflexión, fomenta el pensamiento crítico que es indispensable para lograr la autonomía de las ideas, mejora la forma de relacionarse con los demás.”

8) ¿Porque la educación física no está considerada dentro del currículum escolar? ¿Crees que debería estarlo?

“En el año 2022 se actualizo el Diseño Curricular de la Educación de Jóvenes adultos incorporando las materias de artística y educación física a los Centros de Enseñanzas de Adultos en contexto de encierro.”

9) ¿deseas agregar algo que crees que no fue preguntado en esta entrevista?

“Tal vez esta reseña pueda ser útil:

*Es de vital importancia detallar qué se entiende por educación. Algunos autores de gran trayectoria en el ámbito de la educación servirán para comprender el concepto. Comenzaremos por el pedagogo suizo **Pestalozzi** define educación como: “El desarrollo natural, progresivo y sistemático de todas las facultades”. Siguiendo por las palabras del pedagogo experto en educación y uno de los autores más influyentes del siglo XX, **Paulo Freire** “La educación verdadera es praxis, reflexión y acción del hombre sobre el mundo para transformarlo”.*

*Para **Hubert Henz** la Educación es el conjunto de todos los efectos procedentes de personas, de sus actividades y actos, de las colectividades, de las cosas naturales y culturales que resultan*

beneficiosos para el individuo, despertando y fortaleciendo en él sus capacidades esenciales para que pueda convertirse en una personalidad capaz de amar y ser amado y de ser feliz.

*Un último concepto lo encontramos al leer a **Violeta Nuñez Pérez**, profesora de Pedagogía Social de la Universidad de Barcelona que nos dice: “La educación es un derecho que hace a la condición de ser humano, ya que a partir de ella se construye el lazo de la pertenencia social, a la palabra, a la transmisión, al lenguaje, en definitiva, a la transmisión y recreación de la cultura, esencial para la condición humana.”*

La autora nos habla de la educación como constructora de lazos de pertenencia, por lo tanto, quien no reciba educación pierde la oportunidad de pertenecer en la sociedad, a participar de manera real en ella. No sólo debe hacerse uso del derecho de forma individual, sino que es el Estado quien debe garantizar el mismo.

En relación a las ofertas educativas, en primera instancia podemos detectar a la educación formal, que es aquella que tiene carácter intencional, planificado y regulado, y que además establece legitimidad y oficialidad a los contenidos pedagógicos que se brindan. Se trata de toda la escolarización obligatoria, desde los primeros años de educación infantil hasta el final de la educación secundaria, considerando a la escuela como una de las instituciones primarias de nuestra sociedad.

La educación formal, tiene como características ser sistematizada y con una organización curricular. Se imparte en establecimientos educativos aprobados mediante la implementación de ciclos lectivos, con sujeción a pautas curriculares progresivas, y conducente a grados y títulos; es aquella que busca la enseñanza de un oficio relacionado a la mano de obra humana. Muchas veces su aprendizaje está ligado a actividades de la vida cotidiana relacionadas con el trabajo, la familia o el ocio. Es lo que conocemos como EDUCACIÓN TRADICIONAL.

La Educación es la formación práctica y metodológica que se le da a una persona en vías de desarrollo y crecimiento. Es un proceso mediante el cual al individuo se le suministran herramientas y conocimientos esenciales para ponerlos en práctica en la vida cotidiana. El aprendizaje de una persona comienza desde su infancia, al ingresar en institutos llamados escuelas o colegios en donde una persona previamente estudiada y educada implantará en el pequeño identidades, valores éticos y culturales para hacer una persona de bien en el futuro.

La educación dentro de establecimientos penitenciarios es un escenario complejo, a pesar de que cada vez surgen más trabajos de investigación que nutren de fundamentos teóricos el campo de la enseñanza en contexto de encierro en nuestro país. La particularidad de su alumnado y el contexto de funcionamiento atravesado por dos Instituciones bajo el mismo fin, definen una situación surcada por múltiples variables que implican diversos niveles de abordaje y desafíos cotidianos.

Inicialmente, los destinatarios de la educación en contexto de encierro están dirigidos a los jóvenes y adultos, sujetos de múltiples exclusiones, ya desde el seno social. La escuela en contexto de encierro presupone la incorporación de un dispositivo con su lógica de funcionamiento como es la institución educativa, inserta en otra como es la cárcel, claramente con sus estructuras sistematizadas de funcionamiento. Sin embargo, aunque podemos pensarlas como contradictorias, es importante señalar que ambas han surgido a lo largo de la historia con el fin disciplinado de la lógica de masas.

Tanto la Escuela como la cárcel poseen sus propias reglas de funcionamiento con un grupo de actores que cumplen roles determinantes en cada una de ellas, de allí que los sujetos privados de libertad re significan los espacios de acuerdo a cómo se plantean desde los usos e interpelaciones de los mismos. Con el correr de los años, los modelos educativos tradicionales, sobre todo en América Latina fueron ajustándose a las necesidades de los sujetos y de las nuevas formas de aprendizaje. Sin embargo, la educación tradicional en cárceles se desarrolla, y se conjuga con otras modalidades que en las últimas

décadas han transformado los espacios de aprendizaje para los privados de libertad, es lo que denominamos como EDUCACIÓN NO FORMAL.

Estos espacios de Educación No formal atraviesan las lógicas educativas con otras formas de educar y aprender, que se contextualizan en prácticas educativas y culturales alejadas del modelo tradicional, pero que vienen a fortalecer las formales.

Los talleres extra programáticos, educativos y/o culturales y deportivos, permiten construir nuevos espacios de educación en contexto de encierro. Tal como fue desarrollado por Paulo Freire, un gran referente de la Educación popular que surge a finales de los años 80' en América Latina convirtiéndose en uno de los máximos actores que permitió pensar la educación, al reconocer que la misma no sólo está presente en los contextos escolares sino en la multiplicidad de espacios sociales en los que actúa la Educación popular. La cárcel como institución social permite resignificar sus espacios por medio de sus usos, dejando la educación tradicional (aula, docente, alumno) para pensar en otros actores que permitan potenciar las habilidades de los privados de libertad por intermedio de prácticas que fortalezcan a la ocupación del tiempo libre, como así también con el acercamiento a la cultura.

Por otra parte, eso significa que una gran cantidad de actores ingresarán a las dependencias carcelarias con la finalidad de llevar adelante distintas prácticas. La colaboración de entidades, organismos, talleristas, entre otros, permite pensar en una nueva forma de educación que incluye a la cultura, acompañado de la apertura institucional hacia el seno social. Adoptando la posibilidad de sumar recursos humanos que potencien la tarea educativa tanto formal como no formal.

En todas partes las ofertas educativas destinadas a las personas privadas de libertad son heterogéneas, de modo que se van ajustando según el establecimiento penitenciario del cual dependan. Esencialmente se componen de planes de alfabetización, educación primaria, secundaria, en algunas

jurisdicciones encontramos institutos de enseñanza superior y técnico, y enseñanza universitaria que funcionan a través de convenios establecidos con las casas de estudios.

El Ministerio de Justicia Y Derechos Humanos de la provincia de Buenos Aires en conjunto con el Servicio Penitenciario Bonaerense han implementado políticas tendientes a mejorar las condiciones educativas, durante el tiempo de condena, para que las personas privadas de la libertad puedan construir un proyecto de vida que les permita su inclusión social. En una alianza que establece conexiones interinstitucionales donde se ponen de manifiesto políticas públicas destinadas al mejoramiento de la educación en cárceles, con las implicancias y limitaciones que se poseen en el hacer diario, o en la práctica misma.

La Dirección de Educación dependiente de la Subdirección General de Educación del Servicio Penitenciario Bonaerense tiene como misión garantizar la atención de las necesidades educativas de las personas alojadas en todas las Unidades del Servicio Penitenciario; promoviendo, gestionando y supervisando acciones, tendientes a favorecer la integración e inserción social de los internos, de modo que se constituya en agente de cambios positivos en la población carcelaria.”

Modelo de entrevista para Autoridades del Servicio Penitenciario Bonaerense.

Las siguientes entrevistas fueron realizadas a dos agentes del Servicio Penitenciario Bonaerense. Diego actualmente cumple funciones como jefe de tratamiento dentro del sector penal en la Unidad 58. Mientras que Cristian es el Jefe de Complejo Penitenciario Conurbano Sur Oeste, es decir, tiene a cargo siete unidades penitenciarias ubicadas en Lomas de Zamora, La Matanza, Ituzaingo y Merlo.

Hacenos una breve reseña de tu historial profesional y las tareas que actualmente desempeñas

Al ser consultados sobre su historial profesional, Diego respondió: *“ingrese en el SPB en el año 2007, me desempeñe durante muchos años en la Unidad Nro. 15 de Batán, cumpliendo con diversas tareas como: Inspector de vigilancia, Expedientes disciplinarios, la brigada penitenciaria en lucha contra incendios y por último trabajé en el régimen abierto. Hasta que en el año 2022 fui trasladado a la Unidad Nro. 58 de Lomas de Zamora y hasta el día de hoy me encuentro cumpliendo funciones como jefe de Tratamiento dentro del sector penal”*. En tanto Cristian dijo: *“Ingrese como cadete en el año 1994, trabajé en un montón de unidades, la 9, la 17, la 6, la 28, la 42, la 31, la 40 pasando por diversas funciones. Y desde el año 2020 pase a ser Secretario de Complejo y desde el 2021 soy el jefe de complejo, es decir, estoy a cargo de 7 unidades”*.

¿Cuál es tu relación con la actividad física en tu vida personal?

Sobre la relación personal con la actividad física Cristian esbozó *“Juego al pádel, juego al fútbol y también me gusta ir al gimnasio en mis tiempos libres. También intento cuidarme en la alimentación”*. Mientras que Diego contó: *“Personalmente he hecho varios deportes, como todos los chicos comencé con la práctica del fútbol hasta los 12 años, luego hice equitación hasta aproximadamente los 16 años, hice también entrenamientos de boxeo. Y tengo como costumbre hacer entrenamiento de fuerza más*

que nada con pesas y siempre me mantuve jugando al futbol con amigos. Para mi es una costumbre hacer todos los días algún ejercicio físico, salgo a correr o voy al gimnasio”.

¿Cuáles cree que son los beneficios de la práctica de actividad física en contextos de encierro?

Cristian comento: *“La actividad física en los contextos de encierro es muy importante, porque mantiene ocupada la mente de los internos y no piensan en otra cosa que hacer actividad física para poder el día de mañana reinsertarse en la sociedad. O bien el solo hecho de hacer un deporte, le favorece mucho porque ahí aprenden lo que posiblemente nunca hayan visto en su libertad. Aprenden los valores, antes solo delinquían y no se preocupaban por conocer cosas mejores”.* Adhirió Diego : *“Yo estoy muy de acuerdo, es muy buena la actividad física en contexto de encierro porque ayuda a calmar la ansiedad, desgasta energía, aprenden también disciplina y reglas y también en el hecho de la confrontación con otro que quiere lo mismo que yo, en este caso dentro de las normas deportivas, tener una rivalidad sana. A título personal me gustaría que se puedan desarrollar otras disciplinas como el vóley u otro tipo de disciplinas para gente más grande de edad, podría ser el tejo o las bochas”.*

¿Crees en la reinserción social? ¿A través de qué medios?

Diego afirmo al ser consultado: *“Si creo en la reinserción social, hay casos que las personas cometen delitos por error. Nadie observa las oportunidades, donde nacieron, como se desarrollaron. Y eso nunca se evalúa, se ve el delito y se categoriza a la persona sin saber la procedencia. Fundamentalmente a través de la educación y el trabajo. Sin embargo he visto casos de pabellones*

completos avocados a un deporte como puede ser el Rugby o el Boxeo donde la vida se basaba en los valores y era un gran reductor de la violencia". En tanto Cristian sostuvo: "Obviamente que creo en la reinserción social, a través de medios tratamentales como: Cursos, deporte, trabajo y educación. Todo el combo genera que el interno sea reinsertado en la sociedad, que no vuelva a delinquir. Que sean buenos padres de familia, buenos hijos, buenas personas en definitiva"

¿De qué manera fomentas la actividad física dentro de la Unidad Penitenciaria a tu cargo?

Cristian explico: "Dentro de las siete unidades que comprenden mi complejo, hay profesores de educación física. Ellos continuamente están brindándole diversas actividades a los internos, como futbol, rugby y boxeo. Se hacen campeonatos, viene gente reconocida a dar clínicas, jugadores de futbol, de rugby o boxeadores, eso los internos lo valoran muchísimo. La actividad física es muy importante para todos". Mientras que Diego observo: "Si debería comparar como se trabaja en la Unidad 58 con lo que yo he visto en otras unidades debo decir que aquí se fomenta mucho más que en otro lado. Hemos hecho torneos, famosos que nos visitan, inauguraciones de espacios. Y eso le hace sentirse muy bien al interno, le alegra el día que un referente de un deporte se tome su tiempo para conocerlos".

¿Crees que a través de la actividad física el interno mejora en su comportamiento, ya sea en el trato cordial con el personal penitenciario o entre pares?

Como respuesta Diego dijo: "Totalmente, el interno aprende reglas, límites, comportamientos, confrontar de manera sana con otro rival. Ayuda a bajar mucho los índices de violencia dentro de cada

establecimiento” Mientras que Cristian confirmo: “Sin dudas, lleva a un conocimiento entre los profes y los internos. Es muy importante para la educación, para el respeto. Y para que aprendan que se puede hacer algo más y mejor. Olvidarse de las cosas malas que lo único que logran es alejar al interno de su familia”.

¿Qué cosas crees que el interno puede aprender o cambiar a través del deporte?

Ambos coincidieron sobre los cambios que pueden presentar las personas a través de la práctica deportiva Cristian sostuvo: *“El ejercicio físico ayuda a mejorar la salud en su integridad, la respiración, musculación. Ayuda a mejorar muchos problemas que en contextos de encierro se encuentran potenciados. Por ejemplo el stress, el aburrimiento, la ansiedad, sobre peso”.* En tanto Diego agrego: *“Totalmente, mantiene la mente ocupada del interno, se respetan entre pares es algo fundamental. Se generan pabellones deportivos donde la violencia disminuye y baja mucho los índices gracias al deporte y todas las actividades tratamentales”.*

¿Deseas agregar algo que crees que no fue preguntado en esta entrevista?

Diego manifestó: *“Realmente no”.*

Cristian deseo agregar: *“Destacaría la importancia de los profes dentro de las unidades. Son quienes llevan a cabo las actividades y están permanentemente con los internos. Muchas veces terminan*

haciendo de psicólogos, al tener ese contacto, muchas veces le prestan el oído y con un simple consejo pueden solucionar cosas importantes”.

Entrevistas realizadas a seis internos de la Unidad 58 Lomas de Zamora.

La presente entrevista fue realizada a 6 internos, cuya identidad permanecerá reservada.

Destaco que los mismos se encuentran alojados en tres pabellones diferentes, decidí realizarlo así con la intención de obtener respuestas diversas, no obstante las mismas fueron similares. La intención de las entrevistas fue seleccionar internos que realizan deporte diariamente y comparar sus vivencias.

¿Porque realizas actividad física?

Al realizarle esta pregunta a los internos todos coincidieron con respuestas simples como *“Pasar el tiempo”*, *“Estar bien físicamente”* o *“Cansarme así duermo mejor”* aunque no podemos soslayar que también dentro de las cárceles, a partir de mi observación y experiencia puedo sostener que el ejercicio físico puede servir para mantenerse fuertes y poder sobrepasar alguna situación violenta con mayor facilidad no obstante ningún interno lo menciona, entiendo que entonces predomino la justificación de que lo realizan con la finalidad de *“sentirse bien”* destaco también algunas opiniones, por ejemplo: Agustín declaró: *“porque me ayuda con la depresión y la ansiedad”*. Uriel menciona: *“realizo actividad física porque me hace bien y me ayuda a olvidar mis problemas”*. Matías respondió: *“Realizo actividad física porque lo veo como una buena manera de pasar el tiempo dentro del encierro”*. En tanto Bruno manifestó: *“Soy una persona que desde chico, siempre hizo deporte, me gusta entrenar y mantenerme*

activo. Además me ayuda mucho a alejar los malos pensamientos” Comprendiendo entonces que la práctica sistemática de actividad física tiene un gran valor de distracción mental en contextos de encierro.

¿Conoces los beneficios de la práctica de actividad física?

Sobre esta dimensión la respuesta general considero que fue bastante pobre, la mayoría admitió que sabe que trae beneficios pero no pudieron establecer en profundidad cuales son. Se podría ligar más a los sentimientos que tienen o que desarrollan pero no a beneficios a nivel de salud general. Agustín, Bruno, Matías y Uriel respondieron prácticamente lo mismo: *“si conozco algunos, pero no todos, sé que te hace bien al cuerpo”*. Bruno destaco: *“Si, se algunos. Tiene beneficios en la salud mental, subirme el autoestima”*. En tanto José sostuvo: *“Yo antes era gordo, dos meses antes de caer en cana me había hecho estudios, pesaba 103 kilos, ahora peso 74. Tenía problemas con el colesterol, la presión alta y la vesícula. Si bien ahora no me los volví a realizar estoy seguro que esto me está haciendo bien y voy a estar mucho mejor. Entonces creo que los beneficios de la actividad física son a todo nivel de la salud, también de la mente y del cuerpo”*.

¿Cómo es tu estado de ánimo antes, durante y después de hacer ejercicio?

Al ser consultados específicamente sobre sus sentimientos, concluyeron todos en que al terminar se sienten *“más libres y más relajados”* sin dudarlo es un momento que están esperando todo el día. Uriel dijo: *“Mi estado de ánimo antes de comenzar suele ser bajo, pero ya cuando voy haciendo,*

me incentiva y me olvido de mis problemas, y al terminar estoy tranquilo, cansado y en paz. Me hace sentir libre". Matías conto: "Mi estado de ánimo suele ser normal, durante la práctica me olvido de todos los pensamientos que tengo a lo largo del día. Una vez que termino ya me voy a acostar muy relajado". José respondió: "Suelo comenzar con mal humor, pero al terminar me cambia el humor sinceramente, término muy tranquilo". Bruno añadió: "antes suele ser bajísimo, pero pienso en como estaba antes de entrenar y me dan más ganas de mejorar, una vez que comienzo a entrenar va modificando y al final me siento complacido por hacer todo al pie de la letra". Pablo manifestó: "Cuando me levanto, desayuno y me pongo a entrenar, me hace bien mental y físicamente, comienzo el día de otra manera. A la tarde suelo hacer alguna rutina de pesas más, me deja tranquilo para el resto del día y ocupado en lo mío"

¿En qué sentís que te ayuda el hecho de entrenar?

Las respuestas fueron: Uriel *"Me ayuda mucho en la manera de pensar, me hace bien a la cabeza"*, agrego Agustín: *"me ayuda mucho a estar bien de mi salud, físicamente"*, Pablo adhirió: *"Sobretudo estéticamente siento los cambios y me hace sentir mucho mejor"*, Bruno esbozo: *"Me ayuda a tener más disciplina, la constancia que me da día a día"*. José continuo con su teoría: *"Lo hago por mí, antes era gordo y ahora me cuido con las comidas y me hace subir el autoestima, creo que me ayudó mucho para la salud en general"* en tanto Matías opino: *"En todo me ayuda, a sentirme mejor y si yo me siento mejor puedo relacionarme mejor con todos, en otros momentos discutía por cualquier cosa"*.

¿Sentís que es un cambio positivo en tu vida, comenzar a entrenar?

Los seis internos concluyeron en que sin dudas, es un cambio positivo. Las opiniones fueron *“Me ayuda a pensar”, “Disfruto mucho haciendo actividad física”, “Entrenamos todos los días, llueve o haga calor, no nos importa”*.

¿Hacías deporte en libertad? ¿Cuál? ¿Conociste algún nuevo deporte en tu vida en prisión?

En el caso de José dijo: *“No, yo nunca hice deporte. Recién acá conocí la actividad física, hago boxeo, futbol y pesas. Todos los días, no puedo pasar un día sin entrenar un rato aunque sea”* luego el resto de los internos consultados agregaron que siempre jugaron al futbol.

Sin embargo entre los deportes que conocieron en prisión, Agustín, Bruno, Pablo y Matías contaron que se sumaron a la práctica de boxeo, algo nuevo para ellos y que les gusta mucho.

Uriel y Agustín también agregaron que comenzaron a hacer rugby, y que destacan de ese deporte, la unión que genera.

¿Crees que seguirías haciéndolo como “Forma de vida” una vez en libertad?

Todos están de acuerdo con continuar sus prácticas deportivas en libertad. Matías respondió: *“Obvio, lo seguiría haciendo porque me hace bien tener una rutina”*. Uriel destacó: *“Sí, es mi forma de vida jugar al futbol todos los días, desde chico que lo hago”*. Pablo dijo: *“El deporte en general es parte de mi vida”*. José mencionó: *“Si, tengo planeado cuando salga a la calle continuar con esta práctica”*.

porque le agarre el gusto. Quiero ir a un gimnasio que es algo que nunca hice". Bruno continuo: "Si, todos los días, me gustaría agregar algún deporte más para estar más activo".

¿Hacer actividad física sentís que sirvió para mejorar tu relación con tus compañeros?

Destacan fundamente la unión que les produce hacer ejercicio, ya que muchas veces lo suelen hacer en grupos de más de 5 personas dentro de la celda o del mismo pabellón. Agustín desarrollo: *"Hacer gimnasia me ayudó mucho en la relación con mis compañeros"* Pablo dijo: *"Sí, me sirvió para hacer más amistades"*. Bruno declaro: *"si, totalmente. Antes el grupo era más separado, ahora estamos más unidos, creamos un lindo vinculo"*. Matías conto su experiencia: *"Te une muchísimo a tus compañeros, yo no lo esperaba. Pero formas muchos vínculos que de otra manera hubiese sido imposible, acá se hace fácil formar un vínculo cuando tenes objetivos en común, es buenísimo"*. José comento: *"la verdad que sí, somos el mismo grupo que entrenamos, comemos, estamos juntos, básicamente hacemos todo juntos"*.

¿Qué deporte que no realices te gustaría implementar?

Solamente José dijo *"Ninguno, yo acá juego al futbol, hago boxeo y también entreno con pesas. No quiero hacer otras cosas, me gusta lo que hago"* en tanto Matías, Uriel y Pablo coincidieron en que les gustaría jugar al Rugby. Agustín y Bruno mencionaron *"Me gustaría jugar al tenis o pádel"*.

¿Deseas agregar algo que crees que no fue preguntado en esta entrevista?

Ningún interno deseo agregar algo a la entrevista.

Bibliografía:

Achucarro, S. y Chiani, L. *“La recreación y el deporte social como medio de inclusión, La educación física en instituciones totales”* (Pág. 179-202).

Caspersen, C. (1985). Revista Exercise and Physical Activity. E.E.U.U.: Sports Medicine, 3 (5), 223-254

Danese, M. Trabajo de Investigación, “Educación Física en la cárcel”. Año 2009.

Goffman, E. *“Internados”*. Editores Amorrortu, 1998.

Foucault, M. *“Vigilar y castigar, nacimiento de la prisión”*, 2002.

Ley de Ejecución Penal Bonaerense, Ley 12.256.

Manual de Asistencia y Tratamiento. www.spb.gov.ar

M. Zubiaur- González. Proyecto de investigación: “¿Se puede considerar el deporte como un instrumento de integración social de la población reclusa Española?”, año 2017. Universidad de León, España.

Ministerio de Sanidad de España, a través del link
<https://www.sanidad.gob.es/areas/promocionPrevencion/actividadFisica/guiaPadresMadres/beneficiosActividadFisica.htm>

Reglas Mínimas de las Naciones Unidas para el Tratamiento de los Reclusos (También llamadas “Reglas Mandela”).

Sampieri, R. (*“Metodología de la investigación: las rutas cuantitativas, cualitativa y mixta”*) Año 2018.