

RIASPORT

RED ESTATAL DE INVESTIGACIÓN APLICADA SOBRE SEGURIDAD DEPORTIVA



LA SEGURIDAD DEPORTIVA A DEBATE IV

EDITORES

JOANA COSTA

DIMAS PINTO

GABRIEL FLORES ALLENDE

ANA MARÍA MAGAZ GONZÁLEZ

MARTA GARCÍA TASCÓN

EDITORIAL DYKINSON



Ailton Fernando Santana de Oliveira	Juan Antonio Arjona González
Aldina Sofia Silva	Keyla Andrea Porras Ramírez
Ana María Gallardo Guerrero	Leonor Gallardo-Guerrero
Ángeles Miranda Martínez	Luis López Catalán
António João Mendes de Jesus Brandão	María del Pilar Méndez Sánchez
Ariana Linette Acosta González	María José Arenilla Villalba
Blanca López Catalán	María José Maciá Andreu
Bruno Avelar-Rosa	Marta García Tascón
Cairo Gabriel Borges Junqueira	Miguel Nery
Carlos Herrera Pombero	Noelia González-Gálvez
Cristina Pedrosa Leis	Omar Velarde Martínez
Daniel Duclos-Bastías	Oscar David Bolívar Silva
Darío Pérez Brunicardi	Pablo Caballero Blanco
David Alarcón Rubio	Pablo González García
Dimas Pinto	Patricia I. Jaenes-Amarillo
Gabriel Flores Allende	Paulo Pinheiro
Gonçalo Dias	Rafael Peñaloza Gómez
Inês Oliveira Gonçalves	Raquel Aparicio-Mera
Joana Costa	Raquel Morquecho Sánchez
Joana Rodrigues Carvalho	Raquel Vaquero-Cristóbal
José Carlos Jaenes Sánchez	Roberto Silva Piñeiro
Jorge García-Unanue	Rui Mendes
José Luís Felipe	Sandrielly Lavínia Andrade Santos
José Luis Gómez Calvo	

LA SEGURIDAD DEPORTIVA A DEBATE IV

JOANA COSTA

DIMAS PINTO

GABRIEL FLORES ALLENDE

ANA MARÍA MAGAZ GONZÁLEZ

MARTA GARCÍA TASCÓN

Editores



DYKINSON

No está permitida la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a Cedro (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con Cedro a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 917021970 / 932720407

Este libro ha sido sometido a evaluación por parte de nuestro Consejo Editorial.
Para mayor información, véase www.dykinson.com/quienes_somos.

La Red “RIASPORT Red estatal de investigación aplicada sobre seguridad deportiva” ha sido financiada con cargo a la Convocatoria de concesión de ayudas para la creación de «Redes de Investigación en Ciencias del Deporte» para el año 2019, con el número de expediente 03/UPB/19 y resolución del día 26 de julio de 2019.
También, con cargo a la Convocatoria de ayudas a «Redes de Investigación en Ciencias del Deporte» para el año 2021, con el número de expediente 14/UPB/21 y resolución de 20 de julio de 2021 y, mediante el expediente 32/UPB/23, resolución de 16 de mayo para el año 2023

*Los autores agradecen al Grupo PAIDI MOTTVADO2
(Movimiento, Técnicas de intervención, Valores, Aprendizaje, Deporte y Seguridad)
de la Universidad Pablo de Olavide, Sevilla-España, la financiación para publicar este libro.*

© Los autores

© Diseño de Portada: Gabinete de Comunicação e Imagem
do Instituto Europeu de Estudos Superiores (IEES)

Editorial DYKINSON, S.L.
Meléndez Valdés, 61 – 28015 Madrid
Teléfono (+34) 91544 28 46 – (+34) 91544 28 69
e-mail: info@dykinson.com
<http://www.dykinson.es> / <http://www.dykinson.com>

ISBN: 979-13-7047-062-3
DOI: <https://doi.org/10.14679/4784>

Maquetación:
Realizada por los autores

ÍNDICE

Prólogo	9
Dimas Pinto e Joana Costa	
Prólogo del Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ).....	11
Ricardo Gonçalves Ribeiro Gonçalves	
Prólogo del Consejo Superior de Deportes (CSD)	13
José Manuel Rodríguez Uribes	
Presentación	15
Dra. D ^a . Joana Costa - D. Dimas Pinto - Dr. D. Gabriel Flores Allende - Dr. D ^a . Ana M ^a Magaz González - Dra. D ^a . Marta García Tascón	

Bloque I

Seguridad en instalaciones deportivas y equipamientos deportivos

Capítulo 1. Gestão e segurança de parques infantis e equipamentos desportivos....	19
Professor Doutor Gonçalo Dias - Professor D. Dimas Pinto - Professor Doutor Rui Mendes	
Capítulo 2. Planes de seguridad para las actividades deportivas	29
D. José Luis Gómez Calvo	
Capítulo 3. Aspectos para la mejora de seguridad por la contaminación por microplásticos. Líneas de actuación en césped artificial deportivo	44
Dr. D. Jorge García-Unanue - Dr. D. José Luís Felipe - Dra. D ^a . Leonor Gallardo-Guerrero	
Capítulo 4. El certificado S+: Garantizando la seguridad y la calidad en los espacios infantiles.....	57
D ^a . M ^a Ángeles Miranda Martínez	

Capítulo 5. La gestión del mantenimiento en la prevención del riesgo y la seguridad en instalaciones deportivas 73
Dr. D. Omar Velarde Martínez - Dr. D. Gabriel Flores Allende

Bloque II

Aplicación de tecnología en la seguridad en entidades deportivas

Capítulo 6. Realidad aumentada: propuesta de innovación docente de seguridad de los equipamientos deportivos para aplicar en el ámbito educativo 95
Dra. D^a. Marta García-Tascón - Dra. D^a. María José Maciá Andreu -
Dra. D^a. Raquel Vaquero-Cristóbal - Dra. D^a. Noelia González-Gálvez -
Dra. D^a. Ana María Gallardo Guerrero

Capítulo 7. Segurança digital no desporto 113
Doutor D. Paulo Pinheiro

Bloque III

Otras perspectivas aplicadas a la seguridad deportiva

Capítulo 8. O esporte e a projeção internacional no contexto sergipano 137
D^a. Sandrielly Lavínia Andrade Santos - Dr. D. Cairo Gabriel Borges Junqueira -
Dr. D. Ailton Fernando Santana de Oliveira

Capítulo 9. Análise da formação em segurança das organizações e agentes desportivos – estudo piloto 163
Professora Doutora Joana Costa - Professor D. Dimas Pinto -
Professora Doutora Inês Oliveira Gonçalves - Professora Doutora Aldina Sofia Silva -
Professora Doutora Joana Rodrigues Carvalho - Professora Doutora Marta García Tascón

Capítulo 10. Cultura ciclista y jurisprudencia sobre accidentes 173
Dr. D. Roberto Silva Piñeiro - D^a. Cristina Pedrosa Leis -
Dr. D. António João Mendes de Jesus Brandão

Capítulo 11. La experiencia del aficionado sobre la seguridad en estadios de la liga MX en el área metropolitana de Monterrey 191
D^a. Ariana Linette Acosta González - Dra. D^a. Raquel Morquecho Sánchez -
Dr. D. Gabriel Flores Allende

Bloque IV
Seguridad deportiva para diferentes usuarios/as

Capítulo 12. Proteção de crianças e jovens no desporto: o caminho trilhado por Portugal.....	213
Professor Doutor D. Bruno Avelar-Rosa - Professor Doutor D. Miguel Nery	
Capítulo 13. Seguridad y otros aspectos sobre la calidad de un servicio deportivo universitario	225
Dr. D. Daniel Duclos-Bastías - D ^a . Raquel Aparicio-Mera	
Capítulo 14. Formación de deportistas escolares, reto de la seguridad deportiva ...	237
D. Oscar David Bolívar Silva - D ^a . Keyla Andrea Porras Ramírez - Dra. D ^a . Marta García Tascón	
Capítulo 15. Seguridad en el deporte para personas mayores: claves para un envejecimiento activo y saludable	251
D ^a . Raquel Aparicio-Mera - Dr. D. Daniel Duclós-Bastías	
Capítulo 16. La seguridad moral y ética. La trascendencia del respeto	261
Dr. D. José Carlos Jaenes Sánchez - María José Arenilla Villalba - Rafael Peñaloza Gómez - María del Pilar Méndez Sánchez - Patricia Isabel Jaenes-Amarillo - Pablo García González - David Alarcón Rubio	
Capítulo 17. Gestión del acoso entre iguales en el ámbito deportivo. lecciones aprendidas en las escuelas	276
Dra. D ^a . Blanca López Catalán - Dr. D. Luis López Catalán	
Capítulo 18. Propuesta formativa sobre la seguridad en las actividades físicas en el medio natural en contexto universitario.....	290
Dr. D. Pablo Caballero Blanco - Dr. D. Darío Pérez Brunicardi - D. Juan Antonio Arjona González - D. Carlos Herrera Pombero	

Capítulo 14.

Formación de deportistas escolares, reto de la seguridad deportiva

D. Oscar David Bolívar Silva

Doctorando Universidad Pablo de Olavide (España)
Profesor Universidad Nacional Abierta y a Distancia (Colombia)
Profesor Colegio Isla del Sol (Colombia)
Orcid 0000-0002-4197-1108

D^a. Keyla Andrea Porras Ramírez

Doctoranda Universidad Pablo de Olavide (España)
Profesora Universidad Nacional Abierta y a Distancia (Colombia)
Orcid 0000-0002-9980-7570

Dra. D^a. Marta García Tascón

Profesora Universidad Pablo de Olavide de Sevilla (España)
Orcid 0000-0002-9526-4230

DOI: <https://doi.org/10.14679/4823>

1. INTRODUCCIÓN

El deporte escolar proporciona a los estudiantes una gran gama de beneficios, entre los que se destacan la mejora de la condición física, el fomento del trabajo en equipo, el manejo de emociones la adquisición de valores como el respeto y la disciplina. Sin embargo, conlleva algunos riesgos, por ejemplo, estadísticas según la American Academy of Pediatrics (2018), aproximadamente el 20% de las lesiones en niños y adolescentes se producen durante la práctica de deportes. No es para menos puesto que las actividades presentan interacción constante con

objetos y personas, en un contexto en la que está presente la velocidad y el cambio de posiciones lo que puede incrementar el peligro en cuanto a choques y caídas de los participantes (Porras et al., 2024).

Por lo tanto, las escuelas alrededor del mundo, pueden incluir en el plan de estudio de educación física temáticas y habilidades concernientes con la seguridad deportiva, con el fin de garantizar por una parte, la adquisición de técnicas corporales y por otra la mitigación de accidentes en el espacio académico.

De esta manera, los conocimientos y habilidades respecto a seguridad en la práctica deportiva deben ser un eje transversal, que esté presente durante la formación básica de los estudiantes. Para que sea efectivo este proceso de aprendizaje, debe determinarse por parte de los docentes o entrenadores una serie de temáticas específicas y, a partir de ellas, establecer actividades educativas adecuadas y campañas de sensibilización en toda la comunidad escolar.

Teniendo en cuenta lo anterior, se presenta una propuesta de contenidos que recogen los aspectos importantes y que atienden a los accidentes más comunes producidos en el aula con el fin de que los centros educativos puedan adecuarlos a sus necesidades y problemáticas presentes en sus instituciones.

Se busca aportar en la creación de un plan de estudio que involucre la seguridad deportiva del atleta, posibilitando la reducción de los riesgos asociados con la práctica en las escuelas, además de fomentar una cultura de prevención y autocuidado que beneficia a toda la comunidad educativa.

2. ACCIDENTES Y LESIONES COMUNES

La escuela, como un lugar común de interacción heterogénea, debe adaptarse a las necesidades y características que se presentan dentro de sus instalaciones educativas. De tal manera, antes de establecer una formación en seguridad deportiva para los estudiantes, se deben identificar los accidentes y lesiones más comunes que se presentan al momento de realizar actividad deportiva, lo anterior con el propósito de enseñarles a reconocer los riesgos y a prevenir aquellas situaciones que generen riesgo físico en las actividades realizadas. En este sentido, la siguiente es una matriz de análisis ofrece un panorama general de las causas, accidentes y consecuencias de los accidentes en el deporte.

Tabla 1. Lesiones y causas comunes en la práctica deportiva escolar

Lesión Física	Causas Comunes	Consecuencias
Lesiones musculares	<ul style="list-style-type: none"> - Calentamiento inadecuado. - Técnica incorrecta ejecutada. 	<ul style="list-style-type: none"> - Distensiones o esguinces musculares. - Dolor y disminución de la movilidad.
Lesiones en las articulaciones	<ul style="list-style-type: none"> - Movimientos bruscos o mal ejecutado. - Sobrecarga o fatiga. - Caídas o colisiones con otros compañeros. - Superficies de juego inadecuadas (resbaladizas, irregulares). 	<ul style="list-style-type: none"> - Pérdida temporal de capacidad física - Esguinces, luxaciones o torceduras en tobillos, rodillas o muñecas. - Dolor, inflamación y posible incapacidad temporal.
Contusiones o golpes	<ul style="list-style-type: none"> - Colisiones durante deportes de contacto o juegos de equipo. - Caídas sobre superficies duras o no amortiguadas. - Falta de control de la intensidad en el juego. 	<ul style="list-style-type: none"> - Moretones, hematomas o heridas abiertas. - Dolor local y riesgo de infección si no se trata correctamente.
Lesiones en la cabeza	<ul style="list-style-type: none"> - Golpes directos durante deportes de contacto (fútbol, rugby). - Caídas o accidentes en deportes sin equipo de protección - No uso de protectores adecuados. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conmoción cerebral, contusión o lesiones en el cuello. - Pérdida de conocimiento, mareos, problemas de equilibrio.
Fracturas	<ul style="list-style-type: none"> - Caídas desde altura o en superficies duras. - Impactos directos con objetos o compañeros de juego. – - Falta de atención en la supervisión de la actividad. 	<ul style="list-style-type: none"> - Fracturas óseas (huesos rotos) en brazos, piernas, muñecas, etc. - Dolor intenso y recuperación prolongada.
Lesiones en la columna vertebral	<ul style="list-style-type: none"> - Caídas violentas o impactos directos en la espalda. 	<ul style="list-style-type: none"> - Lesiones graves en la columna, problemas neurológicos.
Lesiones en la columna vertebral (continuación)	<ul style="list-style-type: none"> - Ejecución incorrecta de movimientos como saltos o giros. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dolor crónico, parálisis o discapacidad permanente.
Problemas cardíacos	<ul style="list-style-type: none"> - Sobrecarga física en la práctica deportiva. - Falta de conocimiento del propio cuerpo. - Inadecuado seguimiento médico preventivo. 	<ul style="list-style-type: none"> - Muerte - Desmayo, pérdida de conocimiento. - Vomitó

Nota: elaboración propia.

Bajo este panorama, la seguridad en la actividad física escolar destaca la importancia de trabajar sobre el autocuidado, la detección temprana de lesiones, la prudencia en los deportes en equipo, el cuidado del prójimo y la importancia de informar a los responsables de cualquier malestar durante la actividad deportiva física y mental, que puede predisponer a un accidente. Esta prevención también incluye aprender a reconocer los signos de agotamiento.

3. FORMACIÓN EN SEGURIDAD DEPORTIVA EN LA ESCUELA

Teniendo en cuenta lo anterior, las instituciones de educación deberían garantizar que los estudiantes reciban una formación completa que no solo incluya la ejecución de habilidades técnicas propias del deporte, sino también el conocimiento de los riesgos y las medidas preventivas adecuadas. De acuerdo con Martín (2019), "la educación en seguridad no debe ser un tema aislado, sino un componente integral del proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación física" (p.35). Esto implica que, además de aprender las reglas del juego y la técnica deportiva, los estudiantes deben ser educados en cómo prevenir lesiones y cómo reaccionar ante situaciones de riesgo y emergencia.

De este modo, el trabajo en este sentido no consiste en una serie de lineamientos aislados, sino que, por el contrario, radica en la creación de una cultura de seguridad y prevención. Según McKay (2020), la seguridad no debe ser vista como una serie de medidas aisladas, sino como una parte integral de la práctica deportiva, lo que implica que tanto los deportistas como los entrenadores, espectadores, árbitros, etc, deben adoptar una mentalidad preventiva. Igualmente, Pulimeno et al. (2020), destaca que la creación de esta cultura preventiva contribuye a la construcción de un entorno escolar en el que los deportistas se sienten empoderados para tomar decisiones informadas sobre su salud y seguridad, lo que promueve un comportamiento más responsable y autoconsciente.

Estudios realizados como el de Sánchez y García (2020) demuestran que la formación en seguridad deportiva tiene un impacto positivo en la reducción de lesiones entre los estudiantes. Sugieren que las escuelas que implementan

programas de prevención de accidentes desde el área de educación física reportan una disminución significativa en las tasas de incidentes deportivos.

Acorde a Rainer (2002), en su obra sobre la educación física, postula que la enseñanza de deportes debe incorporar una ética de la prevención, tanto física como emocional. En este sentido, destaca que los accidentes en el deporte no solo son el resultado de un mal movimiento, sino que muchas veces son producto de una falta de preparación, concentración o comunicación entre los participantes. Por ende, la mayoría de los autores leídos destacan la importancia de incluir módulos específicos de seguridad y manejo de emergencias en los programas de formación en escuelas, como también en los procesos de aprendizaje de docentes de educación física, especialmente en los niveles básicos y medios.

4. INVESTIGACIONES Y TRABAJOS ACADÉMICOS

En las bases de datos académicas, existen un gran número de trabajos de investigación y aplicados que centran su interés en la seguridad deportiva en cuanto a la prevención en la práctica deportiva. Haciendo una síntesis de estos, se establece que concuerdan en que la mayoría de las lesiones y accidentes deportivos son prevenibles si se implementan estrategias adecuadas de formación y educación.

Por ejemplo, Gómez (2019) indica que las lesiones en el deporte escolar y juvenil pueden reducirse significativamente mediante programas de formación enfocados en el calentamiento adecuado, técnicas de estiramiento, formación del deportista y la correcta ejecución de los movimientos.

Del mismo modo, Hägglund (2019) destaca que los programas de prevención de accidentes no solo deben centrarse en la educación técnica, sino también en la comprensión de los factores de riesgo, como la fatiga o el exceso de entrenamiento, formación del deportista. En este sentido, McKay (2020) sugiere que la educación sobre cómo identificar señales de sobrecarga o fatiga en los deportistas es crucial para prevenir lesiones por uso excesivo. Estos autores proponen que la formación en seguridad debe incluir tanto la prevención de lesiones agudas (como esguinces

o fracturas) como las lesiones crónicas (como tendinitis o problemas musculares derivados de entrenamientos mal gestionados).

Siguiendo una línea más pedagógica del deporte, autores como Porsanger y Sandseter (2021) han abordado la importancia de una educación física que integre aspectos de prevención de riesgos y cuidados, más allá de la mera enseñanza de habilidades deportivas. En sus investigaciones sobre la seguridad en la actividad física, destaca la necesidad de que los educadores físicos estén formados no solo en la técnica deportiva, sino en estrategias para prevenir accidentes y manejar situaciones de emergencia.

Por otra parte, un aspecto importante que resaltan las investigaciones sobre el tema se centra en el conocimiento básico de primeros auxilios y el manejo de emergencias. Según López-Moreno (2016), enseñar a los deportistas y entrenadores a manejar situaciones de emergencia, como la reanimación cardiopulmonar (RCP) o la inmovilización de una fractura, puede salvar vidas y minimizar el impacto de las lesiones graves. La formación en primeros auxilios también se extiende a la importancia de la identificación temprana de lesiones. Waldén (2021) argumentan que la capacidad de los entrenadores y deportistas para detectar una lesión en sus primeras fases y actuar rápidamente puede prevenir complicaciones a largo plazo. Por ejemplo, la identificación temprana de una conmoción cerebral puede evitar daños cerebrales permanentes, lo que subraya la necesidad de capacitar a todos los involucrados en el deporte.

Por otra parte, los programas educativos deportivos, en concordancia con García & Pérez (2021), promueven una cultura de seguridad desde la base, como en las escuelas y las academias deportivas, enfocados en la reducción de accidentes, no únicamente enseñando medidas de prevención de manera aislada. Por el contrario, estos programas deberían incluir no solo la enseñanza de las habilidades técnicas, sino también la inculcación de valores como la responsabilidad y el respeto por la seguridad propia y ajena.

Como se puede visualizar, existe interés por el campo académico respecto al tema en cuanto a seguridad deportiva se refiere; sin embargo, no se encontró una propuesta que consolide un esquema de temáticas posibles a desarrollar en miras

de ser incluido en los planes de estudio de las escuelas, desde la clase de educación física y/o deportes. Los estudios leídos enuncian la importancia, justificación, problemática y nombran (sin profundidad) los componentes de los temas a tratar. Aunque todos concuerdan en que es fundamental para la práctica deportiva generar un proceso de enseñanza y cultura del cuidado que minimice los riesgos y proporcione el conocimiento necesario para que tanto profesores, entrenadores y estudiantes puedan constituir los terrenos de juego como campos seguros de cuidado personal y comunitario.

5. TEMÁTICAS A INTEGRAR LA SEGURIDAD EN EL CURRÍCULO DE EDUCACIÓN FÍSICA

En la actualidad, autores como Pérez & Fernández (2022) refuerzan la importancia de integrar programas de seguridad dentro de los planes curriculares de las escuelas para asegurar que los jóvenes deportistas adquieran hábitos preventivos desde temprana edad.

Aunque se ha avanzado en la evaluación de la eficacia de los programas de formación en seguridad deportiva, la investigación de Hägglund et al., (2019) evaluó varios programas de prevención de lesiones, concluyendo que aquellos que incluían educación continua y prácticas en el campo (como talleres y simulacros de emergencia) eran más efectivos que los que solo proporcionaban información teórica.

Ahora bien, la tarea radica en pensar cómo poder articular los conocimientos y habilidades de la seguridad deportiva al plan de estudio escolar en procura de prevenir, identificar y manejar de manera efectiva los accidentes que puedan ocurrir en la práctica deportiva. Lo anterior, desde una teoría y práctica eficaz, así como el enfoque en la sensibilización y capacitación continua, con el fin de crear una cultura de seguridad en los deportes y reducir los riesgos para los deportistas.

Teniendo en cuenta que la seguridad deportiva abarca una amplia gama de aspectos, como lo menciona García & González (2021) en su texto “Factores que afectan y agentes implicados en la seguridad deportiva” la prevención involucra el estado físico de los atletas (estado médico actual de estudiantes y docentes),

elaboración de protocolos y normatividad, el estado de los equipamientos deportivos, la planificación de emergencias, la conformación de puntos de enfermería, la gestión de lesiones presentes, la integridad de espectadores o padres de familia, el control de multitudes en ventos masivos, la calidad y mantenimiento de implementos utilizados, formación de deportistas respecto al tema, entre otros. A continuación se presenta una propuesta de temáticas, que cada institución escolar puede aplicar de acuerdo a sus problemáticas, necesidades, accidentes más frecuentes y población con el fin de enriquecer las prácticas deportivas y evitar los riesgos de accidentalidad.

Pedagogía del cuidado deportivo: este aspecto, más que una temática, es un eje transversal que debe estar presente en cada una de las prácticas que se desarrollen en el aula y que vale la pena nombrar para definir un paradigma concreto que defina una forma de actuar en el deporte. Este enfoque se centra en la creación de entornos deportivos donde se priorice el bienestar físico, emocional y social de los atletas, fomentando el desarrollo integral sobre los resultados competitivos. Destaca la importancia de las relaciones empáticas y de respeto entre entrenadores, deportistas y compañeros de equipo, promoviendo valores como la cooperación, la inclusión y la responsabilidad. Según Nel Noddings, el cuidado debe estar en el centro de cualquier relación formativa, incluyendo el deporte, pues “fomenta la confianza, la motivación intrínseca y el desarrollo de una ética basada en la empatía” (Noddings, 1984). Aplicar esta pedagogía implica diseñar prácticas y competencias que no solo busquen el rendimiento, sino también el fortalecimiento del carácter, la salud mental y la cohesión social de los participantes.

Accidentes deportivos: se trata de comprender qué son y cómo afectan la salud física y emocional de los deportistas. Visualizar su clasificación y los tipos más comunes, por ejemplo, lesiones traumáticas (fracturas, esguinces, contusiones) y no traumáticas (sobrecargas musculares, tendinitis). También, se puede aportar estadísticas, video, imágenes de situaciones presentadas en diferentes deportes (fútbol, baloncesto, atletismo, etc.).

Prevención y riesgos: desde una óptica preventiva, se debe educar a los atletas sobre los riesgos involucrados en el deporte y la importancia de tomar decisiones

conscientes. La educación sobre el cuerpo, las lesiones y las consecuencias de una mala toma de decisiones puede ayudar a reducir la imprudencia. En este aspecto entran factores que aumentan como la falta de preparación física, la ejecución de técnicas incorrectas, las condiciones ambientales adversas, el uso inadecuado de equipo, entre otros.

Responsabilidad deportiva: en un ambiente deportivo, el respeto hacia el cuerpo, los compañeros de equipo, los rivales y las reglas del juego es clave para evitar comportamientos imprudentes. Consiste en cultivar una mentalidad de disciplina, donde la paciencia y el autocontrol sean tan importantes como la agresividad o la competitividad. De allí, parte habilidades de toma de decisiones seguras, lo que incluye enseñar a los deportistas a evaluar las situaciones de forma objetiva, considerando los riesgos y beneficios de sus acciones.

Conductas seguras: los deportistas deben estar siempre atentos a la identificación y prevención de comportamientos peligrosos durante los entrenamientos y las competiciones. Si un atleta está mostrando conductas imprudentes, se deben tomar medidas inmediatas para corregirlas antes de que resulten en una lesión. Se debe convertir en un agente de prevención que ayude a conservar los espacios sin accidentes, incentivando a los compañeros a conservar conductas que minimicen los riesgos.

Evaluación médica y prevención de lesiones: consiste en fomentar el autocuidado y la autoevaluación para escuchar al cuerpo. Los atletas deben ser educados sobre la importancia de escuchar sus propios límites para evitar la imprudencia, como cuando un deportista continúa jugando a pesar de sentir dolor o fatiga excesiva. Del mismo, para realizar exámenes físicos periódicamente con el fin de evitar riesgos cardíacos y tener un diagnóstico físico de su cuerpo.

Manejo de emergencias: Adquirir las habilidades y conocimientos necesarios para intervenir de manera inmediata ante un accidente deportivo, conservando siempre una postura de primer respondiente en el caso de que sea necesario. Dependiendo de la edad, que pueda verificar el estado de consciencia, respiración, circulación, llamar a emergencias, uso de botiquín, primeros auxilios de ser el caso.

Conservar conductas que favorezcan la atención inmediata cuando se presente un accidente en la práctica deportiva, favoreciendo el bienestar del herido.

Uso correcto del equipamiento deportivo: se deben enseñar a los estudiantes cómo seleccionar y usar correctamente los equipos deportivos, como cascos, rodilleras y protectores bucales. Además, los estudiantes deben ser educados sobre la importancia de inspeccionar el equipo antes de cada sesión para garantizar que esté en buen estado y sea seguro para su uso.

Psicología Deportiva: se refiere a la capacidad de reconocer, comprender, regular y expresar emociones de manera adecuada durante la práctica y la competencia deportiva. Dado que el deporte implica situaciones de alta presión, rivalidad y expectativas, aprender a gestionar emociones como la ansiedad, la frustración, la euforia y el miedo es crucial para mantener un equilibrio emocional y tomar decisiones efectivas.

Enseñanza de técnicas físicas: Una de las formas más efectivas de integrar la seguridad deportiva en el currículo escolar es enseñando a los estudiantes las técnicas adecuadas de calentamiento, enfriamiento y ejecución de ejercicios físicos. La enseñanza de técnicas de estiramiento y fortalecimiento muscular, así como la importancia de una hidratación adecuada, debe ser una prioridad en las clases. En tanto, que si los estudiantes conocen y aplican una técnica corporal adecuada en sus actividades deportivas, van a tener un referente claro de cómo usar el cuerpo y de esta manera se minimiza la posibilidad de tener un accidente.

Así mismo, en las clases se debe crear un ambiente colaborativo que apunte a una cultura en la que los deportistas trabajen juntos y se ayuden mutuamente para reducir la imprudencia individual. Un equipo que se preocupa por la seguridad de sus miembros tiende a promover comportamientos más responsables. Otro aspecto clave, promover la comunicación abierta entre atletas, entrenadores y personal médico, es clave. Si un atleta siente que está tomando riesgos innecesarios o que su salud está comprometida, debe sentirse cómodo para expresarlo sin temor a ser juzgado o penalizado. En cuanto a las normas, estas deben ser claras y aplicadas consistentemente, bien definidas. Además, se deben aplicar de manera consistente para disuadir las acciones imprudentes. Las sanciones deben estar

orientadas no solo a castigar, sino también a educar sobre las consecuencias de comportamientos peligrosos.

6. CONCLUSIONES

La formación en seguridad deportiva es un componente esencial que debe ser incluido en el proceso de aprendizaje de estudiantes de la clase de educación física y deportes en las escuelas. Integrar estrategias de prevención de accidentes y lesiones no solo reduce los riesgos durante la práctica deportiva, sino que también promueve una cultura de seguridad, responsabilidad y autocuidado entre los participantes.

Las escuelas deben considerar la seguridad deportiva como una prioridad, asegurándose de que tanto docentes como estudiantes reciban la formación necesaria para practicar deporte de manera segura y responsable. De esta forma, se garantizará que los beneficios del deporte sean aprovechados plenamente, sin comprometer la salud y el bienestar de los jóvenes deportistas.

El estado del arte encontrado sobre la formación de los deportistas en seguridad deportiva refleja un progreso significativo en cuanto a la comprensión de la importancia de la educación en la prevención de lesiones, el uso adecuado del equipo deportivo, el manejo de emergencias, y la creación de una cultura preventiva en el deporte. A medida que la investigación continúa, es fundamental integrar estos enfoques en programas educativos accesibles a todos los niveles, desde el deporte escolar hasta el profesional. Sin embargo, son escasos los textos que se animan a proponer temáticas y currículos que pasen de un plano teórico a uno procedimental.

La imprudencia en el deporte a menudo se manifiesta como la toma de decisiones impulsivas o arriesgadas sin tener en cuenta las consecuencias, lo que puede poner en peligro tanto al propio atleta como a los demás. Es necesario formar a los deportistas en una cultura en la que se valore tanto la competencia como la seguridad y el bienestar físico y emocional de todos los participantes, trabajar con los estudiantes sobre el autocuidado, la detección temprana de lesiones y la importancia de informar a los responsables de cualquier malestar

durante la actividad deportiva. Esta prevención también incluye aprender a reconocer los signos de agotamiento físico y mental, que pueden predisponer a un accidente.

BIBLIOGRAFÍA

- American Academy of Pediatrics. (2018). Sports Injuries in Children and Adolescents. *Pediatrics*, 142(6), e20182352. <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2677902>
- Frank, N. R. (2007). *Educación física y la ética de la prevención en el deporte*. Editorial Deportiva. [https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370\(23\)00233-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/eclinm/article/PIIS2589-5370(23)00233-X/fulltext)
- García, J., & Pérez, L. (2021). Cultura de seguridad en los programas educativos deportivos. *Revista Internacional de Educación Deportiva*, 18(3), 45-62.
- García Tascón, M., et al. (2021). *La seguridad deportiva a debate II*. 1-291. Madrid: Ed. Dykinson. <https://www.dykinson.com/libros/la-seguridad-deportiva-a-debate-ii/9788413779041/>
- García-Tascón, M., Gallardo-Guerrero, A. M., Blanco-Luengo, D., Martínez-López, Á.J., & Márquez-González, I. (2014). Análisis del cumplimiento de la seguridad de los equipamientos deportivos del municipio de Sevilla (España). *Cultura, ciencia y deporte*, 9(26), 129-138. <https://doi.org/10.12800/ccd.v9i26.431>
- Gómez, A. (2019). *Prevención de lesiones en el deporte escolar y juvenil*. Ediciones Deportivas.
- Gómez-Calvo, J. L. (2009). Seguridad de usuarios en instalaciones deportivas. *Instalaciones deportivas* XXI, 159, 70-72. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2957457>
- Gómez-Calvo, J. L. (2018). Nuevo enfoque a la seguridad de actividades deportivas y recintos de celebración. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, 422, 81. <https://reefd.es/index.php/reefd/article/view/681/594>
- González, I. (2003). Intervención del factor de riesgo sobre la recreación físico-deportiva. En González, E. P., & Ruiz, F. (Coords.), *Dimensión europea de la Educación Física y el deporte en edad escolar: hacia un espacio europeo de la educación superior* (pp. 231-240). Valladolid: Asociación Vallisoletana de Profesionales de Educación Física.
- Hägglund, M. (2019). Comprensión de factores de riesgo en la prevención deportiva. *Journal of Sports Safety*, 22(4), 12-25. <https://bjsm.bmj.com/content/53/9/539.abstract>
- Hägglund, M., et al. (2019). Evaluación de programas de prevención de lesiones deportivas: Teoría y práctica efectiva. *Journal of Sports Safety*, 22(4), 35-50.

- López, A., & Martínez, R. (2021). El impacto del calentamiento adecuado en la prevención de lesiones deportivas en jóvenes. *Journal of Sports Science*, 14(3), 112-121.
- López, I. G., & García, D. M. (2022). La práctica de baloncesto en silla de ruedas: motivos y beneficios. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 22(3), 3-16. <https://doi.org/10.6018/cpd.492881>
- López-García, S., et al. (2019). Los riesgos en la práctica de actividades en la naturaleza: la accidentabilidad en las prácticas deportivas y medidas preventivas. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 36, 618-624. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/67111>
- López-Gómez, E. (2018). El método Delphi en la investigación actual en educación: una revisión teórica y metodológica. *Educación XXI*, 21, 17-40. <https://www.redalyc.org/pdf/706/70653466002.pdf>
- López-Moreno, A. (2016). *Primeros auxilios en el deporte: Guía para entrenadores y deportistas*. Valladolid: Libretas Ediciones.
- Magaz, A. M., & García, M. (2021). Repercusiones de la falta de seguridad deportiva. Aspectos generales. En Magaz, A. M., Flores-Allende, G., & García, M. (Eds.), *La seguridad deportiva a debate II* (pp. 87-100). Madrid: Ed. Dykinson.
- Magaz, A. M., et al. (2022, junio 2-3). Análisis del concepto “seguridad” en la materia de gestión deportiva en planes de estudio españoles de CAFYD. Congreso CIED XII. Toledo, España. <https://www.seed-deporte.es/uploads/app/1309/files/653b8a62d9ca9libroactas.pdf>
- Margarita, G., & Pardo, F. (2021). *La educación física y la prevención de riesgos*. Ediciones Académicas.
- Martín, A. (2019). *La educación en seguridad como parte integral de la educación física*. Editorial Académica.
- Martín, J. (2019). La integración de la seguridad en la educación física escolar: Una revisión de enfoques y estrategias. *Revista de Educación Física*, 34(1), 27-34. <https://rc.upr.edu.cu/handle/DICT/3341>
- McKay, J. (2020). *Prevención integral en la práctica deportiva*. Editorial SportsSafe. <https://api.taylorfrancis.com/content/books/mono/download?identifierName=doi&identifierValue=10.4324/9780429201745&type=googlepdf>
- McKay, J. (2020). *Seguridad integral en la práctica deportiva*. Reino Unido: Editorial SportsSafe.
- Nel, N. (1984). El cuidado en la educación y su impacto en la formación deportiva. *Educational Practices Journal*, 8(2), 123-137.

- Pérez, J., & Fernández, L. (2022). Integración de programas de seguridad deportiva en planes curriculares escolares. *Revista Internacional de Educación Física*, 19(3), 15-32.
- Pérez, J., & Fernández, L. (2022). Prevención de lesiones deportivas: Estrategias de fortalecimiento muscular en la educación física escolar. *Educación Física y Deporte*, 40(4), 68-74.
- Porsanger, L., & Sandseter, E. B. H. (2021). Gestión de riesgos y seguridad en educación física: Percepciones de los profesores. *Ciencias de la Educación*, 11(7), 321. <https://doi.org/10.3390/educsci11070321>
- Porras-Ramírez, K. A., Flores-Allende, G., Magaz, A. M., & García-Tascón, M. (2024). Validación por expertos a través del método DELPHI de un instrumento para la revisión de la seguridad deportiva en el currículo universitario de las ciencias del deporte en Colombia. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 19(61), 1-11. <https://doi.org/10.12800/ccd.v19i61.2097>
- Pulimeno, M., Piscitelli, P., & Colazzo, S. (2020). School as ideal setting to promote health and wellbeing among young people. *Health Promotion Perspectives*, 10(4), 316–324. <https://doi.org/10.34172/hpp.2020.50>
- Rainer, M. (2002). *El entrenador de éxito*. Barcelona: Paidotribo.
- Rodríguez, P., & García, F. (2021). Promoción de la cultura de la prevención en el deporte escolar. *Journal of School Health*, 91(5), 489-497. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7597030>
- Sánchez, P., & García, L. (2020). Impacto de la formación en seguridad deportiva en las escuelas. *Revista Internacional de Educación Física*, 15(2), 45-60.
- Waldén, M. (2021). Identificación temprana de lesiones deportivas. *Sports Medicine Journal*, 30(5), 78-90.

La seguridad en el deporte se ha convertido en un gran reto para las sociedades contemporáneas, debido a la creciente complejidad de las organizaciones deportivas y a la interconexión entre sectores diversos con el mercado deportivo. En este escenario, garantizar entornos deportivos seguros, éticos e inclusivos es hoy una prioridad ineludible. La edición de este IV libro reúne las reflexiones y aportaciones de investigadores, gestores, juristas, técnicos y responsables institucionales que analizan, desde una perspectiva científica y multidisciplinar, los principales riesgos y desafíos que afectan al ecosistema deportivo actual.

A lo largo de sus capítulos se abordan cuestiones clave hoy en día como la protección de la infancia y la juventud, la prevención de lesiones y accidentes, la seguridad en instalaciones deportivas, la integridad de las competiciones, la violencia y la discriminación, así como los nuevos retos derivados de la digitalización, entre otras. Estas contribuciones evidencian que la seguridad deportiva no depende de una única disciplina o actor, sino de la cooperación entre la comunidad científica de diferentes disciplinas e instituciones públicas, organizaciones deportivas, profesionales del sector, y practicantes consumidores deportivos.

Este volumen también pone de relieve la importancia de la buena gobernanza, la formación especializada y el desarrollo de marcos normativos sólidos que permitan anticipar riesgos y fortalecer la cultura de prevención. A través de experiencias, estudios y buenas prácticas internacionales, la obra ofrece herramientas útiles para responsables de políticas públicas, gestores deportivos, educadores y profesionales comprometidos con la mejora del sistema deportivo.

Más allá del análisis de problemas, esta cuarta entrega sobre seguridad deportiva, propone una visión constructiva del deporte como espacio de educación, inclusión y desarrollo social. Una llamada de RIASPORT al compromiso colectivo para consolidar entornos deportivos más seguros, responsables y sostenibles, en los que la integridad, los derechos fundamentales y el bienestar de las personas ocupen siempre el centro de la acción deportiva.