

“GIMNASIOS NO ESTATALES, UN ESCENARIO QUE ACERCA LA ACTIVIDAD FÍSICA A LA COMUNIDAD”.

Noel Víctor Balmaseda Espinosa.

Máster en Ciencias de la Educación. Profesor Instructor. Universidad José Martí Pérez. Centro Universitario Municipal “Simón Bolívar”. Municipio Yaguajay. Provincia Sancti-Spíritus. País Cuba. noelv@uniss.edu.cu

Nancy Pérez Molina.

Máster en Ciencias de la Educación. Profesor Instructor. Universidad José Martí Pérez. Centro Universitario Municipal “Simón Bolívar”. Municipio Yaguajay. Provincia Sancti-Spíritus. País Cuba.

Marisol de la Caridad Ferrer Muñoz.

Máster en Administración de Negocios. Profesor Instructor. Universidad José Martí Pérez. Centro Universitario Municipal “Simón Bolívar”. Municipio Yaguajay. Provincia Sancti-Spíritus. País Cuba.

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Noel Víctor Balmaseda Espinosa, Nancy Pérez Molina y Marisol de la Caridad Ferrer Muñoz: “Gimnasios no estatales, un escenario que acerca la actividad física a la comunidad.”, Revista Observatorio de las Ciencias Sociales en Iberoamérica, ISSN: 2660-5554 (Vol 2, Número 9, abril 2021, pp. 8-17). En línea:

<https://www.eumed.net/es/revistas/observatorio-de-las-ciencias-sociales-en-iberoamerica/ocsi-abril21/gimnasios-comunidad>

Resumen

La musculación es practicada por cientos de miles de jóvenes de ambos sexos en todo el país, la inclusión en el modelo económico actual cubano de la figura del cuentapropista en especial el gimnasio de musculación ha beneficiado la práctica sistemática de actividad física en la comunidad, objeto del sistema cubano de la Cultura Física. El resultado del diagnóstico realizado en los gimnasios no estatales en nuestra ciudad devela la situación real que ofrecen estas áreas esenciales, desde la óptica del autor para el cumplimiento exitoso de la razón de ser del sistema organizativo de la Cultura Física. Se conoce que el ejercicio físico debe ser monitoreado en su hacer, por un profesional calificado, pues trabaja con el recurso más importante de la biodiversidad: el hombre, si se hace bien, el resultado esperado que se obtiene es correcto, pero si no se hace bien se compromete la salud del practicante sistemático, por ello es una necesidad trabajar en tal sentido desde la ciencia. A partir de este análisis se proponen indicadores para su gestión, donde el INDER, la ONAT y la Facultad de Cultura Física en interrelación de trabajo, crearán las condiciones para una gestión de calidad que preserve la salud del ciudadano.

Palabras claves: gimnasios no estatales, actividad física, comunidad.

"NON-STATE GYMNASIUMS, A SCENARIO THAT ABOUT THE PHYSICAL ACTIVITY TO THE COMMUNITY".

Summary

Bodybuilding is practiced by hundreds of thousands of young people of both sexes throughout the country, the inclusion in the current Cuban economic model of the figure of the self-employed, especially the bodybuilding gym, has benefited the systematic practice of physical activity in the community, object of the Cuban system of Physical Culture. The result of the diagnosis carried out in non-state gyms in our city reveals the real situation offered by these essential areas, from the author's perspective for the successful fulfillment of the *raison d'être* of the organizational system of Physical Culture. It is known that physical exercise must be monitored in its performance, by a qualified professional, since it works with the most important resource of biodiversity: man, if done well, the expected result obtained is correct, but if not does well, the health of the systematic practitioner is compromised, therefore it is a necessity to work in this sense from science. Based on this analysis, indicators are proposed for its management, where the INDER, the ONAT and the Faculty of Physical Culture in interrelation of work, will create the conditions for a quality management that preserves the health of the citizen.

Key words: non-state gyms, physical activity, community.

Introducción:

Las instalaciones deportivas y los antiguos clubes aristocráticos, que en el pasado servían solo a grupos privilegiados, fueron puestos al servicio del pueblo al triunfo de la Revolución, se crean instituciones, empresas, y se organiza el Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación (INDER), para promover y dirigir las actividades deportivas en el país.

La actividad física se convirtió en un medio masivo al alcance de todos, proporcionando recreación, salud y mejoras en la calidad de vida de la población, se crearon diferentes programas de actividad física comunitaria, los cuales a través del tiempo se han perfeccionado en función de las necesidades sociales. La recreación física, en este proceso de actividad física revolucionaria, ha posibilitado gestiones recreativas y el uso del tiempo libre de forma sana, posibilitando el cambio de conductas de miles de personas, fundamentalmente jóvenes.

Como se sabe, por las ciencias vinculadas a la Cultura Física, toda actividad física dirigida adecuadamente, repercute favorablemente en el desarrollo humano: mejora la capacidad física de trabajo, incrementa las capacidades y habilidades motrices, el funcionamiento de órganos y sistemas, posibilitando elevar la calidad de vida de quienes la practican.

Sin embargo, han surgido los Gimnasios no estatales (privados ó de musculación) con mucho auge, que la población ha aceptado e incorporado en sus rutinas de vida, pero en la mayoría de los casos no se

han preguntado si los dueños de esas instalaciones son profesionales de la Cultura Física ó si tienen experiencia deportiva para dirigir un Plan de entrenamiento, que en su mayoría más que beneficios, puede perjudicar la salud de quienes allí asisten.

En su desarrollo la ponencia está estructurada en tres capítulos en los que se abordan los temas de la forma siguiente: el Capítulo I: Carácter social e institucional de la actividad física, Capítulo II: Política del país. Desarrollo local y el Capítulo III: Problemática actual. Resultados.

Como se observa anteriormente se realiza un recorrido por los Gimnasios exponiendo con lujo de detalles la situación real abordada y por último se proponen indicadores con fundamentos científicos para la gestión eficiente de la actividad de musculación en los gimnasios no estatales.

Desarrollo:

Capítulo I: Carácter social e institucional de la actividad física.

Las actividades físicas deben ser consideradas como una práctica regular y sistemática en la vida de todo ser humano sin distinción de edad, sexo, condiciones sociales u ocupación, por los innumerables beneficios que reportan a la salud orgánica, emocional y psicológica de las personas.

Las ciencias sociales han demostrado desde la teoría de la actividad que la práctica de actividades físicas sistemática motiva al hombre a integrarse a ella en correspondencia de sus necesidades motrices, para ello, la motivación tiene un papel determinante incentivando que las personas asuman los programas de Cultura Física en correspondencia con sus verdaderas necesidades.

La ciencia también ha demostrado en la teoría de la participación, la necesidad de que el sujeto debe poseer una preparación elemental que le permita su participación y consciente en la actividad. Estas teorías aplicadas a la actividad física demuestran que los practicantes en condiciones de auto entrenamientos deben poseer una preparación elemental para que no se convierta en negativa para su salud.

La ciencia moderna se caracteriza como una actividad humana dirigida a la producción, difusión y aplicación de conocimientos que existen como una institución social activa e influyente en los aspectos más diversos de la sociedad. (Jorge Núñez Jover, 1998).

En estudios realizados en gimnasios no estatales, se detectaron limitaciones para la dirección de la actividad de musculación, causadas por falta de preparación teórica, metodológica y práctica de sus entrenadores que afectan la salud de los practicantes. También se demostró que mediante un folleto instructivo de contenidos elementales los practicantes asumen una actitud favorable para su autoentrenamiento de musculación.

La Universidad del Deporte en los planes de estudio de la Carrera de Cultura Física, no preparan a sus egresados para dirigir los procesos de musculación. La ONAT y el Órgano de Trabajo no exigen que los cuentapropistas posean títulos ó documento que avale los conocimientos necesarios para la actividad de musculación. Por otra parte el Médico de la Familia está ajeno de: quiénes, cómo, cuándo, en qué condiciones higiénicas-sanitarias y de salud, participan de esta actividad física.

Aún el INDER no ha creado los mecanismos necesarios para asegurar el funcionamiento eficaz de los gimnasios no estatales de musculación, a partir de asumir la preparación y fiscalización metodológica del proceso de actividad física. También se carece de indicadores para que se gestione con efectividad la actividad de musculación en los gimnasios no estatales.

Otros resultados científicos demuestran que la práctica de la actividad física moderada, controlada y evaluada adecuadamente, es una forma de mejorar la salud, el buen estado físico, previene enfermedades y la muerte en las personas, al cambiar estilos de vida.

La organización de la Cultura Física Popular en Cuba garantiza que en todos los territorios del país puedan desarrollarse los diferentes programas, los que influyen de manera directa en las comunidades, la cual tiene un peso importante como escenario principal de la participación ciudadana.

El elemento central de la vida comunitaria es la actividad económica, sobre todo en su proyección más vinculada a la vida cotidiana. Pero junto a la actividad económica, y como parte esencial de la vida en comunidad, están las necesidades sociales, tales como la educación, la salud, la cultura, el deporte, la recreación, y otras.

Capítulo II: Política del país. Desarrollo local.

Los Lineamientos aprobados para los necesarios cambios económicos y sociales en el país, asumen con fuerza el desarrollo local en las comunidades. Para su gestión, las ciencias deberán jugar un papel determinante en cada territorio y referido al deporte plantea: “priorizar el fomento y promoción de la Cultura Física y el Deporte en todas sus manifestaciones como medios para elevar el bienestar físico y mental, la educación y la formación integral de los ciudadanos, para ello concentrar la atención en la práctica masiva del deporte y la actividad física, a partir del reordenamiento del sistema deportivo y la restructuración de su red de centros, fortalecer las acciones de salud en la promoción y prevención para el mejoramiento del estilo de vida, que contribuyan a incrementar los niveles de salud de la población con la participación intersectorial y comunitaria”.

La Ciencia en tal sentido considera: El conjunto de conocimientos científicos y empíricos, habilidades, experiencias y organización requerida para producir, distribuir y utilizar bienes y servicios. Incluye, por tanto, métodos y procedimientos productivos, generales y organizativos, entre otros, identificación y asimilación de éxitos y fracasos anteriores, capacidades y destrezas de los recursos humanos. Jorge Núñez, (1999).

Evidentemente, el INDER debe implementar acciones en correspondencia, para lo cual será necesario además de la promoción e incorporación de la sociedad a la Cultura Física y el Deporte, asegurar la gestión de los procesos, de manera que todos, garanticen salud a la población.

El organismo deportivo hace uso de la ciencia y la tecnología para gestar procesos de actividad física popular en beneficio de la salud, en particular, la gestión orientada a los servicios de actividad física se centra en la creación de condiciones para el desarrollo de las entidades deportivas y recreativas, ejerciendo una influencia que permita eliminar obstáculos y desviaciones que entorpecen el óptimo

aprovechamiento de las oportunidades, el funcionamiento eficaz del sub-sistema de Cultura Física sobre el que actúa, con las prioridades de actuación en correspondencia con los objetivos previstos.

Capítulo III: Problemática actual. Resultados.

Una de las actividades físicas de gran popularidad lo constituye la musculación, donde el INDER asegura desde sus gimnasios de Cultura Física, la participación en los tiempos libres de miles de practicantes sistemáticos en todo el país.

Como parte de los cambios económicos, sociales y el desarrollo local, se asume la musculación como actividad por cuenta propia, donde ha tenido gran aceptación en todos los territorios. Los gimnasios autorizados para esta actividad física, bajo la figura de instructor de práctica deportiva, deben garantizar en coordinación con el INDER adecuados procesos de preparación física de altos rendimientos para poblaciones sanas no deportivas.

Es vital que se asuma por el INDER el monitoreo de este proceso en los gimnasios no estatales, ya que la actividad desarrollada en ellos compromete la salud de los practicantes sistemáticos.

La musculación como actividad física popular aún no ha sido conceptualizada desde epistemología, no obstante, se da en el tiempo libre, donde la población sana y no deportista de rendimiento la asume con grandes motivaciones al desarrollo muscular.

El hecho de no estar conceptualizada dificulta su gestión en beneficio de la salud de los practicantes, es confundida con el fisiculturismo, se priorizan las acciones con Pesas para buscar desarrollo de la masa muscular, limitando la parte aerobia y con ello los riesgos que ocasionan para el sistema cardiovascular.

Aunque la concepción del organismo deportivo para la musculación está encaminada al desarrollo físico general de poblaciones sanas, incremento de las capacidades motrices, desarrollo armónico de órganos y funciones, la aceptación de actividad física sana, en la fase exploratoria consideró limitaciones para garantizar tales propósitos.

Existe como tendencia general:

- El autoentrenamiento por los practicantes,
- Inadecuada preparación para la actividad,
- Predominio del desarrollo muscular en el tren superior, fundamentalmente en los músculos pectorales y bíceps, posibilitando la aparición de trastornos morfológicos (cifosis, dolores lumbares y limitaciones en la flexibilidad en la articulación del codo),
- Generalmente no se realiza el calentamiento antes de la parte principal,
- Por si esto fuera poco existe gran motivación por la ingestión de sustancias anabólicas para aumentar la hipertrófica muscular en breve tiempo,
- Como generalidad existe la concepción de ejercicios con Pesas.

Estas y otras situaciones que limitan el mejoramiento de la salud se observaron fundamentalmente en gimnasios no estatales. Esto limita enormemente garantizar los propósitos del Lineamiento 161 para el organismo rector de la actividad física.

Lo anterior expuesto describe la problemática en estudio, la gestión de la actividad de musculación en los gimnasios no estatales, lo que no garantiza un servicio de calidad en beneficio de la salud de los practicantes sistemáticos. Para dar solución a dicha problemática se proponen los siguientes objetivos:

General: Proponer indicadores con fundamentos científicos para la gestión eficiente de la actividad de musculación en los gimnasios no estatales.

Específicos:

1. Diagnosticar la actividad de musculación en los gimnasios no estatales.
2. Elaborar indicadores necesarios para la gestión eficiente de la actividad de musculación en los gimnasios no estatales.
3. Valorar los indicadores propuestos mediante el criterio de especialistas.

En vistas del carácter científico y realizar una correcta evaluación en la actividad de los gimnasios, se utilizaron varios métodos del nivel teórico, los que asumen gran importancia en el proceso de asimilación, profundidad y amplitud con las que el investigador se enfrenta al proceso, y permiten la obtención de la información y su procesamiento.

Analítico- sintético: este método se basa en los procesos cognoscitivos y permite la descomposición de fenómenos estudiados en los principales elementos que lo conforman para determinar sus particularidades, simultáneamente mediante la síntesis se integran, permitiendo descubrir relaciones y características generales.

Está presente en toda la investigación, primeramente, al hacer un análisis por separado de toda la información, posteriormente proceder a una integración, la cual permite establecer regularidades en el proceso de los resultados.

Además, se aprecian en la revisión del material especializado que aborda la problemática y el objeto de estudio.

Inductivo- deductivo: en la investigación se hace necesario el análisis de la actividad de musculación, se parte desde lo general a lo particular y viceversa. De esta manera se pueden determinar las regularidades en el objeto que se estudia, lo cual permite llegar a importantes conclusiones en el transcurso de la investigación.

Los métodos y técnicas del nivel empírico están vinculados a los momentos en que se produce una interacción directa del investigador con la realidad.

Análisis Documental: se empleó con el objetivo de conocer la información entorno a las exigencias y orientaciones metodológicas de la bibliografía y los documentos oficiales que existen en relación con lo que está establecido sobre los gimnasios estatales y no estatales reconocidos. Se revisó el plan de estudios de la carrera de Licenciatura en Cultura Física, para comprobar la preparación que reciben los egresados con los aspectos relacionados con la actividad de musculación. Se revisó la Resolución 42 del

2013 del Ministerio del Trabajo y Seguridad Social en su artículo No 58, referido a los cuentapropistas que imparten clases de ejercicios físicos y otros deportes.

Observación: se utilizó la observación ajena y la estructurada, con el propósito de conocer las características específicas de cada gimnasio, la actividad que se desarrolla en él: calentamiento, tipos de ejercicios, planos que se priorizan, participación del preparador físico, el estado físico de las personas, y el tipo de trabajo que realizan.

Encuesta (Practicantes sistemáticos): se aplicó una encuesta estructurada a los practicantes sistemáticos que realizan la actividad física en los gimnasios estatales y no estatales reconocidos, combinando preguntas, abiertas, cerradas y de filtro, con el objetivo de estudiar la actividad de musculación, sobre los escenarios y los sujetos controlados.

Entrevista: se elaboró y aplicó a los instructores para conocer cómo se gestiona la actividad de musculación, la que proporciona información relacionada con los medios, las condiciones de las instalaciones, los practicantes y conocimientos de la actividad.

Se entrevistaron funcionarios de la ONAT y del Órgano de Trabajo, para constatar sobre sus acciones en la gestión del otorgamiento de licencias a los cuentapropistas para la actividad de musculación.

Se aplicó otra entrevista a funcionarios del INDER relacionados con la actividad de musculación. El propósito se dirigió a indagar la gestión del organismo deportivo en el municipio, en relación con la labor en el trabajo por cuenta propia en la musculación.

Triangulación: Constituye una de las técnicas más empleadas para el procesamiento de los datos en las investigaciones cualitativas, por cuanto contribuye a elevar la objetividad del análisis de los datos y a ganar una relativa mayor credibilidad de los hechos.

Se realizó la triangulación con el objetivo de buscar regularidades que tengan gran objetividad. Este método permite investigar por varias técnicas y cruzar toda la información obtenida por diferentes métodos como son la observación, la entrevista, la encuesta.

Matriz DAFO: se aplicó mediante grupo de discusión con profesores especialistas y alumnos de los gimnasios en la etapa de diagnóstico. Se consensaron fortalezas y debilidades dentro de la estructura interna de la actividad, y oportunidades y amenazas como elementos externos.

Criterios de usuarios: mediante los usuarios se evaluó la propuesta de indicadores para la gestión de la actividad de musculación. Se consideró como usuarios los instructores de prácticas deportivas (preparadores físicos) de los gimnasios y funcionarios del INDER que atienden la esfera. Las evaluaciones se proyectaron en conveniencia de indicadores y utilidad práctica y metodológica.

Los métodos del nivel estadístico y matemático permiten realizar el adecuado procesamiento de los datos y su ilustración mediante la estadística descriptiva.

Discusión

La caracterización durante el diagnóstico proporcionó recoger la necesaria información, la cual permite analizar y discutir los resultados en cuanto a los diferentes aspectos de la actividad de musculación, tales como: los escenarios, funcionarios, practicantes, instructores de prácticas deportivas, procesos, evaluación y resultados.

En relación con los medios fundamentales que existen en los gimnasios seleccionados para realizar la investigación se constata que se cuenta con los medios indispensables para el desarrollo de la actividad de musculación.

No obstante, se comprueba durante la observación en los gimnasios no estatales controlados, que la organización de los medios y equipos, en las áreas de trabajo están muy agrupados por su poco espacio en los mismos, lo que limita el desarrollo de la actividad y aumenta la posibilidad de accidentes.

En cuanto a las condiciones higiénicas de las instalaciones en los gimnasios no estatales controlados, es adecuada, se encuentran limpios, con buena iluminación, ventilación y existencia de bebederos para la hidratación de los practicantes.

Un servicio de actividad física de calidad en una instalación deportiva no podrá descuidar el ambiente del escenario.

Se constató que los amplios horarios de ofertas en los gimnasios no estatales posibilitan la participación de la población de lunes a sábado. No obstante, como regularidad no se establecen grupos por horarios, lo que limita enormemente la organización de las rutinas: se agrupan varios practicantes en un medio de forma espontánea, se pierde el control del tiempo de trabajo-descanso, se carece de la selección por el profesor de procedimientos organizativos en correspondencia con los objetivos, medios, número de practicantes y características por grupos; en fin, constituye una situación desfavorable para la realización de las rutinas diarias.

Otro problema detectado en el proceso está relacionado con la certificación médica de cada practicante en los gimnasios no estatales. Descontrol que limita determinar si los sujetos pueden realizar la actividad de musculación, lo que constituye un alto riesgo para la salud de los practicantes. Aunque el INDER controla adecuadamente esta medida en los estatales, no existe en su gestión como institución rectora de la actividad física el control y asesoramiento en los gimnasios no estatales. Un servicio de calidad relacionado con la salud de las personas tiene que asegurar las condiciones de los practicantes.

Relacionado con la preparación de los instructores de práctica deportiva desde el punto de vista teórico, metodológico y práctico, es insuficiente para enfrentar con calidad la actividad de musculación. Para los que estudian Licenciatura, según los resultados de la revisión de los diferentes planes de estudios, la Facultad de Cultura Física no los prepara para esta actividad de musculación.

La ONAT y el Órgano de Trabajo no exigen que los cuentapropistas tengan preparación para la enfrentar la actividad de musculación. Mediante la observación, se comprueba que no se aplican métodos y procedimientos por los instructores de prácticas deportivas, existe carencias en la competencia profesional para la dirección adecuada de la actividad.

Propuesta de indicadores para la gestión de la actividad de musculación.

Dimensiones	Indicadores
Preparación del preparador Físico.	Preparación teórica. Preparación metodológica. Preparación práctica.
Condiciones del escenario.	Condiciones físicas. Condiciones ambientales. Condiciones técnicas.
Protocolo del practicante sistemático.	Diagnóstico inicial. Planificación individual o por grupos homogéneos. Control de seguimiento periódico (mensual). Control diario.
Satisfacción del cliente	Manifiesta. Encubierta. Comportamiento del retorno.

Para la evaluación de los indicadores propuestos por criterio de usuario, se elaboró un instrumento donde se considera pertinente los siguientes elementos:

- conveniencia de los indicadores,
- aplicación práctica y
- utilidad metodológica.

Conclusiones

Desde el inicio del trabajo se pudo comprobar que existen limitaciones en la gestión de la actividad de musculación, que afectan la salud de los practicantes sistemáticos, teniendo en cuenta todos los elementos agravantes se elaboró un grupo de indicadores en correspondencia con las necesidades y características para la gestión de la actividad de musculación, en los que se tienen en cuenta: la preparación teórica, metodológica y práctica de los preparadores físicos; las condiciones físicas, técnicas y ambientales de los escenarios; el control físico, psicológico, morfológico, funcional y social del practicante sistemático, y sus niveles de satisfacción. Además los indicadores propuestos son asumidos satisfactoriamente por los usuarios en su conveniencia con elevada utilidad metodológica y práctica, para la gestión de la musculación.

Bibliografía

- Barroso G., Modelo de Gestión de la Evaluación de Proyectos de Ciencia e Innovación con Enfoque de Integración Estratégica para Organizaciones de Actividad Física y Deporte. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física) La Habana, UCCFD “Manuel Fajardo”; 2011.
- Delgado J. Estado de la gestión de recursos humanos en el INDER municipal de Santa Clara. Trabajo de Diploma. Santa Clara, UCCFD “Manuel Fajardo”; 2010.
- González G. Impacto social de la ciencia y la tecnología en la medicina. Villa Clara, Instituto Superior de Ciencias Médicas “Serafín Ruiz de Zárate Ruiz”; 2003.
- Guevara A. Folleto instructivo para los practicantes sistemáticos de musculación. Trabajo de Diploma. Villa Clara, UCCFD “Manuel Fajardo”; 2010.
- Jurgens, I. Práctica deportiva y preparación de Calidad de Vida. La Habana: Editorial Pueblo y Educación; 2006.
- Losada M. Estrategia de intervención educativa para la profilaxis de deformidades posturales de tipo adquiridas en niños y niñas de educación primaria. Tesis de Doctorado (Doctorado en Ciencias de la Cultura Física). La Habana, UCCFD “Manuel fajardo”; 2011.
- López Bombino, L. (1994) “La ética del científico, mínimo enfoque de un gran problema”. En: Problemas de la ciencia y los Problemas Sociales de la tecnología. La Habana.
- Matos, Z, Matos C. El método de criterio de usuarios. Su utilización en la investigación educativa. Instituto Superior Pedagógico "Raúl Gómez García", Guantánamo; 2006.
- Mesa M. Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte. Ciudad de la Habana: Editorial José Martí; 2006.
- Montero R. Sistema Cubano de la Cultura Física. Tesis Doctoral. España, Universidad Canaria; 2005.
- Núñez Jover, J. y López Cerezo, J. A. Ciencia, “Tecnología y Sociedad en Cuba”. <http://campus-oei.org/cts/cuba.htm>
- Núñez Jover, J. (1994) La ciencia y sus leyes de desarrollo. En Problemas sociales de la ciencia y la Tecnología, La Habana.
- (1994) Ciencia tecnología y sociedad. En problemas sociales de la ciencia y la tecnología, La Habana.
- (1998) “De la ciencia a la tecnociencia” En: Soporte magnético.
- Núñez A. Gestión de la capacitación de los técnicos de deporte en el combinado deportivo 26 de julio del municipio de Santa Clara. Trabajo de Diploma. Santa Clara, UCCFD “Manuel Fajardo”; 2010.
- Pérez A. Tiempo, Tiempo Libre y Recreación con la calidad de vida y el desarrollo individual. Memorias. Trabajo de Diploma. Santa Clara, ISCF “Manuel fajardo”; 2002.
- Vallejo I, Rodríguez H, Perera M. Indicadores para el Diagnóstico Integral de la Preparación Técnica de Pesistas Escolares. Villa Clara, UCCFD “Manuel Fajardo”; 2013.