LIVRO DE RESUMO

Organizadores:

Vânia Loureiro
Luís Murta
Nuno Loureiro
Pedro Bento
João Leal

Editor: Instituto Politécnico de Beja

ISSBN: 978-989-8008-13-8.

Comissão Organizadora

Carlos Paixão

João Leal

João Lourenço

Luís Murta

Marta Rosa

Nuno Loureiro

Paulo Paixão

Pedro Bento

Vânia Loureiro

Secretariado

Florbela Calado

Maria Armanda Fitas

Maria Francisco Carrilho

Alunos de Licenciatura de Desporto

Imagem

Andreia Brandão by inkLABEL

Comissão Científica

Albertina Bonetti (Universidade Federal de Santa Catarina, Brasil)

Alberto Nuviala (Universidade Pablo Olavide de Sevilha, Espanha)

Ana Jiménez (Universidad Politécnica de Madrid, Espanha)

Antonio Fernández Martínez (Universidade Pablo Olavide de Sevilha, Espanha)

Carlos Araújo (Universidade do Porto, Portugal)

Estefania Castillo Vera (Universidad de Huelva, Espanha)

Frederico Raposo (Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal)

Javier Giménez Fuentes-Guerra (Universidad de Huelva, Espanha)

João Leal (Instituto Politécnico Beja, Portugal)

José Tierra Orta (Universidad de Huelva, Espanha)

Luís Murta (Instituto Politécnico Beja, Portugal)

Nuno Loureiro (Instituto Politécnico Beja, Portugal)

Paulo Pereira (Instituto Politécnico do Porto, Portugal)

Vânia Brandão de Loureiro (Instituto Politécnico Beja ,Portugal)

Pórtico

A Atividade Física, enquanto área interdisciplinar, contribui para a educação e saúde da sociedade atual. No 3º Congresso Ibérico de Atividade Física e Desporto do IPBeja debatemos as diversas vertentes desta área procurando contribuir para um novo olhar e novas formas de intervenção multidisciplinar.

A adesão e participação dos parceiros espanhóis resultou numa entusiasta reflexão. A elevada afluência de participantes bem como a elevada submissão de trabalhos (36 comunicações livres e 8 workshops) permitiu uma partilha de saberes orientada para um futuro mais especializado e integrado.

A comissão organizadora gostaria de expressar o seu agradecimento ao Instituto Politécnico de Beja e a todos os que colaboraram para que 3º Congresso Ibérico de Atividade Física e Desporto fosse uma realidade; a todos os docentes, funcionários não docentes e alunos da licenciatura de Desporto, que tornaram possivel esta experiência. Uma palavra para todos os participantes deste livro de resumos (cujos trabalhos aqui publicados são da responsabilidade da sua autoria), que através da partilha dos seus trabalhos contribuiram para o sucesso deste evento.

Esperamos que a participação no congresso, e o acesso a informação especializada e atual, contribua para uma melhoria das praticas profissionais.

Pela Comissão Organizadora do 3º Congresso Ibérico de Atividade Física e Desporto

Vânia Brandão de Loureiro

Os resumos são organizados de acordo com a ordem de apresentação das comunicações no programa do 3º Congresso Ibérico de Atividade Física e Desporto do IPBeja.

O conteúdo dos resumos apresentados é da inteira responsabilidade dos seus autores.

Índice

NUEVAS PERSPECTIVAS EN LA ENSEÑANZA DEL DEPORTE DURANTE LA ETAPA DE INICIACIÓN

- Javier Giménez -

jfuentes@uhu.es

Facultad Ciencias Educación
Universidad de Huelva, España

La enseñanza del deporte durante la etapa de iniciación deportiva debe seguir evolucionando con la intención fundamental de conseguir un correcto proceso de formación de los jóvenes deportistas. La necesidad de separar el deporte durante la etapa escolar del deporte de alta competición obliga a profesores y entrenadores a seguir avanzando en la búsqueda de un modelo deportivo específico que debe corresponderse con el contexto en el que se desarrolla el proyecto deportivo-educativo.

En nuestro caso, dicho modelo se va a caracterizar por unas finalidades educativas integrales, un trabajo motriz correcto y adaptado, una forma distinta de abordar la enseñanza, y una implicación clara de valores educativos que van a repercutir de forma determinante en todo el proceso.

Para poder llevar todo esto adelante se plantea como una verdadera necesidad una formación distinta de los profesores y entrenadores, insistiendo en la importancia del proyecto educativo, y todo lo que en él sucede.

EL PIRAGÜISMO COMO MEDIO DE INTEGRACIÓN DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD

- Juan Gavala -

juan.gavala@uca.es

Universidad de Cádiz
España

En estos últimos años, estamos viendo como mejora la aceptación y la inclusión de las personas con discapacidad en todas las facetas de la sociedad. Sin embargo, aunque el deporte (la actividad física) es uno de los motores de este cambio, sigue siendo difícil ver a personas discapacitadas practicando a la vez, la misma actividad y en el mismo espacio junto a personas que no lo son.

El piragüismo, por ser una actividad que pocas personas han practicado, hace que tanto las personas discapacitadas como las que no lo son, se enfrenten a situaciones en igualdad de condiciones por lo que se muestra como un ejemplo de integración total.

Además este deporte es una fuente inagotable de nuevas experiencias y sensaciones, en tanto en cuanto permite la realización de actividades de cooperación y convivencia con un grupo rodeado de un entorno natural.

El planteamiento que traemos a este congreso es la experiencia de la organización de una actividad de personas con y sin discapacidad practicando piragüismo.

PROMOCIÓN DE UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE EN PROGRAMAS EXTRAESCOLARES: PROGRAMA ESCUELAS DEPORTIVAS EN ANDALUCÍA

Promoting a healthy lifestyle in after-school programs: the Sport Schools program in Andalusia

- Alberto Grao Cruces, Antonio Fernández Martínez & Alberto Nuviala -

agracru@upo.es

Universidad Pablo de Olavide
Sevilha, España

Sport Schools is an educational program of after-school physical activity (PA) developed by the Andalusian Government (Spain) to promote PA and to prevent the school obesity. The objective of this study was to observe changes during the application of the *Sport Schools* program in one school year (2011/2012) in the following variables: body composition, PA levels, cardiorespiratory fitness, physical self-concept levels, and intentions to be physically active after school graduation. Non-experimental study, measures at the beginning and at the end of the school year mentioned. The sample was 1737 teenagers (12-16 yr.) who were attending secondary education in Andalusia. Body mass index and cardiorespiratory fitness were evaluated with objective measures, while the other variables using validated questionnaires. The main results suggested that the participants in the *Sport Schools* program (mostly boys) were more actives, with higher cardiorespiratory fitness, better physical self-concept and higher intentions to be physically active than their peers non-participants, before the beginning of the program. Moreover, the few changes on these variables during this program affected positively to who have participated in the *Sport Schools* program, whose need of improvement was discussed. These results highlight the necessity to improve after-school programs, like *Sport Schools*, to enhance their social utility.

LA IGUALDAD ENTRE EL ALUMNADO DE SECUNDARIA DURANTE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

- Pedro Valdivia-Moral -

pedro.valdivia@dempc.uhu.es

Universidad de Huelva, España

Con la llegada de la escuela mixta, chicos y chicas compartian espacios de aprendizaje excepto en las clases de Educación Física (EF). Posteriormente, las clases de EF pasaron a impartirse de forma mixta y las chicas recibian contenidos que transmitian estereotipos masculinos. Actualmente, muchos programas de iniciación deportiva, impulsados por diversas entidades, se realizan en un marco de igualdad, por ello, las clases de EF son el germen de esa iniciación deportiva igualitaria. De esta manera, el objetivo de este trabajo es conocer la percepción de igualdad y discriminación del alumnado de Enseñanza Secundaria Obligatoria (ESO) en las clases de EF. La muestra está compuesta por 1137 alumnos de ESO, siendo representativa del total de alumnos de la provincia de Jaén (España). Además, en una investigación de este tipo es importante llegar a los diferentes estratos de la población por lo que se recogieron datos tanto en ciudades como en zonas rurales repartidas por todas las comarcas de dicha provincia. Se utilizó el Cuestionario de Percepción de Igualdad y Discriminación en EF. Para el análisis estadístico se utilizó la pruebas *t* de student y ANOVA. En la percepción de igualdad del alumnado se encuentran diferencias significativas en función de la edad, curso, sexo y tipo de centro. Para la percepción de discriminación entre el alumnado hay diferencias en función del tipo de centro del alumnado.

CARACTERIZAÇÃO DA APTIDÃO FÍSICA E ANÁLISE DA SUA ASSOCIAÇÃO COM INDICADORES DE RISCO PARA A SAÚDE EM ADULTO

- Carla Raposo[1] & Sandra Martins[2] -

(cmalveiro@gmail.com)

1 – Tiagos Clínica; 2- Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia: Faculdade de Educação Física e Desporto

Objetivo: O objetivo deste estudo consistiu em caracterizar a aptidão física e analisar a interação entre as suas componentes tendo como referência indicadores de saúde em adultos. **Método:** Este estudo apresentou um desenho observacional e transversal cuja recolha de dados realizou-se durante 10 anos (entre 2002 e 2012) e correspondeu à avaliação da aptidão física inicial. A amostra foi composta por 1904 adultos, 733 do género masculino (idade, 37,29 ± 11,35 anos) e 1171 do género feminino (idade, 36,92 ± 11,12 anos). Avaliou-se a PA, peso, altura, e PC segundo os respetivos protocolos. A ACR foi estimada utilizando o teste submáximo de Astrand, a percentagem de gordura foi avaliada através de Luz infravermelha, a força muscular através do teste *sit up* e a flexibilidade através do teste de flexão do tronco (sentar e alcançar). **Resultados:** Os homens apresentaram valores mais altos nos indicadores antropométricos e melhores níveis de desempenho na ACR e Força e, as mulheres valores mais altos nos indicadores de composição corporal e na flexibilidade ($p<0,05$). Os mesmos resultados verificaram-se entre géneros nas diferentes faixas etárias ($p<0,001$ para todas), com exceção da força abdominal. Nas diferentes categorias de IMC existiram diferenças significativas no VO2 máximo, %MG, MG absoluta e PC (PS>EP>Obes.; $p<0,001$) e na flexibilidade (PS>EP>Obes, $p<0,001$; EP>Obes, $p=0,011$). **Conclusão:** Os homens de um modo geral obtiveram os melhores níveis de desempenho nos testes de avaliação da aptidão física inicial, com exceção da flexibilidade. Os indivíduos normoponderais apresentaram melhores níveis de aptidão física à exceção da força abdominal. De igual modo, também se verificou uma associação negativa entre a aptidão física e as diferentes condições de IMC.

PERSONALIDAD, NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA HABITUAL Y ACTITUDES HACIA LA OBESIDAD Y LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD DE HUELVA

- Juan Manuel García Dávila[1], Inmaculada Tornero-Quiñones[2], Jesús Sáez Padilla[2] & Ángela Sierra-Robles[2] -

(inma.torqui@gmail.com)

[1] Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

[2] Facultad Ciencias Educación – Universidad de Huelva – España

Objetivo: Describir las relaciones entre el nivel de actividad física (AF), las actitudes hacia la obesidad y la AF y los facores neuroticismo y extraversión de la personalidad en función del género y la titulación.

Método: La muestra estuvo compuesta por 260 estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Educación de la Unviersidad de Huelva. Para medir el nivel de AF se utilizó el cuestionario IPAQ. Las actitudes hacia la AF se evaluaron a través del CAAFS. Para medir las actitudes hacia la obesidad se utilizó el AFA y para la personalidad se utilizó el cuestionario NEO-PI-R.

Resultados: con respecto al nivel y las actitudes hacia la AF, la titulación de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (CAFD) y el género masculino son los que más practican AF y tiene mejores actitudes hacia ésta. En cuanto a las actitudes hacia la obesidad, la titulación de Enfermería tiene actitudes más negativas hacia la obesidad seguida de CAFD, Primaria y Psicología, en función del género, los alumnos son más aversivos y las alumnas tienen un mayor miedo a engordar. En lo referente a la personalidad, los alumnos de CAFD muestran menos neuroticismo que el resto de las titulaciones. Existen correlaciones entre el neuroticismo, las actitudes hacia la AF y las actitudes hacia la obesidad.

Palabras claves: neuroticismo, extraversión, actividad física, actitudes hacia la obesidad

A ATIVIDADE FÍSICA ENQUANTO COMPORTAMENTO RELACIONADO COM A SAÚDE EM ESTUDANTES DO ENSINO SUPERIOR

- Vânia de Loureiro [(1)], Estefanía Castillo Viera [(2)] -

(vbrandao@ipbeja.pt)

(1) Escola Superior de Educação – Instituto Politécnico de Beja

(2) Facultad de Educación – Universidad de Huelva

O presente estudo tem como objectivo caracterizar o estilo de vida dos estudantes e os comportamentos relacionados com a saúde e atividade física. A amostra foi constituída por 701 estudantes, de ambos os género, com idade média de 23 anos (DP± 5,9 anos). O instrumento utilizado foi o questionário de Castillo Viera e Saénz - López (2008), após tradução e validação para a realidade portuguesa. Os resultados demonstraram que 68,9% dos estudantes não praticam atividade física. Dos estudantes que não praticam, 54% abandonaram a prática e 14,9% nunca praticaram. O género masculino (46,4 %) apresentou maiores índices de prática e maior frequência de prática semanal enquanto, as raparigas apresentaram maior percentagem de abandono (43,2%) e de não prática (17,6%). A prática por iniciativa própria é maior nas raparigas e a prática num clube é mais frequente nos rapazes. Uma má opinião sobre a condição física está associada ao abandono da prática e uma má opinião sobre a saúde está associada a estudantes que nunca praticaram atividade física. Não consumir tabaco está associado ao abandono da prática (64%) e não consumir drogas está associado à prática de atividade física do género masculino (17%).

Os estudantes do ensino superior apresentam baixos índices de prática de atividade física e alguns comportamentos pouco saudáveis, induzindo que o ensino superior é um importante contexto para a promoção da saúde. Identificar e conhecer as determinantes dos comportamentos e estilos de vida dos estudantes do ensino superior continua a ser essencial para futuras intervenções.

LITERACIA EM SAÚDE NO BAIXO ALENTEJO: AS POTENCIALIDADES DA SAÚDE ESCOLAR

- Cláudia Borralho, Felicidade Ortega, Jorge Rosário & Lúcia Costa -

(claudia.borralho@ulsba.min-saude.pt)

Unidade de Saúde Pública | Unidade Local de Saúde do Baixo Alentejo, EPE - Portugal

O projeto Lancheira Sorriso em Movimento tem como objetivo promover escolhas conscientes para uma melhor literacia em saúde em 650 alunos do 1º ciclo.

Durante 4 anos são acompanhadas 30 turmas, de acordo com os princípios da alimentação saudável, através da promoção de lanches escolares equilibrados e no desenvolvimento do bem-estar cognitivo, motor e social proporcionado pelas brincadeiras de recreio.

Premiado pela 9ª Edição da Missão Sorriso/Continente, este projeto reforça o trabalho que se desenvolve por 13 equipas de saúde escolar, facilitando a realização de atividades concertadas entre os mais de 70 parceiros.

OS COMPORTAMENTOS SEDENTÁRIOS E A QUALIDADE DE VIDA RELACIONADA COM A SAÚDE DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES PARTICIPANTES NO PROGRAMA "PESSOA"

- Ana Rita Cascais -

(anaritacascais@gmail.com)

Estádio Universitário de Lisboa – Portugal

Os comportamentos sedentários da população, quer adulta quer jovem, constituem uma área de investigação em franca expansão. O avanço tecnológico e o acréscimo de oportunidades de adoção destes comportamentos têm atraído inúmeros investigadores e aumentado a preocupação em torno dos outcomes nefastos para a saúde.

Ainda que algumas crianças e adolescentes pratiquem atividade física e cumpram as recomendações postuladas, a verdade é que uma parte substancial do dia é despendida em comportamentos sedentários, que condicionam e comprometem a perceção da Qualidade de Vida Relacionada com a Saúde a longo prazo.

Neste sentido, torna-se essencial intervir de forma preventiva, mediante a elaboração de políticas relevantes e a implementação de programas de intervenção eficazes, que vão de encontro às necessidades de uma sociedade cada vez menos saudável, sobretudo entre as populações mais vulneráveis.

Com o presente estudo pretendeu-se avaliar o impacto de um programa de intervenção multifatorial sobre os Comportamentos Sedentários e a QVRS das crianças e adolescentes e analisar a associação entre as referidas variáveis.

O LADO NEGRO DA MOTIVAÇÃO E SEUS ANTECEDENTES: QUANDO A PRESSÃO SOBRE OS PROFISSIONAIS CRIA PRESSÃO SOBRE OS SEUS CLIENTES?

- Raposo, F.Z.[2]., Palmeira, A.L.[1, 2]. Silva, M.N. [1, 2] -

(raposo.frederico@gmail.com)

[1] CIPER, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade de Lisboa, Portugal

[2] Faculdade de Educação Física e Desporto, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologia, Portugal

OBJETIVO: As pressões sentidas pelos profissionais de exercício e saúde podem desempenhar um papel prejudicial nas estratégias motivacionais utilizadas com os seus clientes, diminuindo as práticas de suporte à autonomia (AUTS) e levando a práticas controladoras (CONTS). Este estudo procurou explorar as associações entre as pressões percebidas no trabalho (PPT) e o uso de CONTS. vs. AUTS.

MÉTODO: O PoEMA (promotion of exercise motivation and autonomy) é um estudo observacional transversal. 180 profissionais de exercício e saúde (91 mulheres) responderam aos questionários que dividiam as PJB em 3 níveis: i) de cima ((PC) constrangimentos organizacionais); ii) de dentro: suscetibilidade para controlar (SC); interesse/atenção (IT) e congruência interna/autoria (CIA); and iii) de cima: perceção do tipo de motivação do cliente (PCTM Auton. vs Cont.). As estratégias motivacionais foram avaliadas, dividindo em AUTS (estrutura (EST), suporte à autonomia (SA), relacionamento (REL)) vs. CONTS (uso de recompensas (UR), relação contingencial (RC), intimidação (INT), controlo pessoal excessivo (CPE)). Testou-se através da análise por regressão múltipla, se PPT previram AUTS e CONTS.

RESULTADOS: PC associou-se positivamente a RC, CPE e CONTS ($p<.05$), e negativamente ao uso de EST ($p=0.033$). SC foi associada com CONTS, RC, UR e INT ($p<.05$). PCTM Cont. previu CONTS, UR, INT e CPE $p<.05$). CIA e PCTM Auton., previu positivamente AUTS, SA, EST e REL ($p<.05$), foi um preditor negativo de RC e CPE

($p<.05$). IT contribuiu positivamente tanto para AUTS (SA, $p=.007$) como CONTS (UR e INT, $p<.05$).

CONCLUSÕES: Os resultados destacaram o papel das diferentes PPT como possíveis antecedentes para o uso de CONTS, diminuindo o uso de AUTS, evidenciando a razão pela qual, apesar dos clientes beneficiarem em termos comportamentais e emocionais, quando os profissionais usam estratégias de suporte à autonomia, estes têm frequentemente práticas motivacionais controladoras.

PALAVRAS CHAVE: Contextos de ginásio, pressões percebidas no trabalho, práticas de suporte à autonomia, estratégias motivacionais de controlo

LAS DISTINTAS MODALIDADES DEL PIRAGÜISMO

- Juan Gavala -

(juan.gavala@uca.es)

Universidad de Cádiz – España

El piragüismo es un deporte acuático en el que el participante se desplaza encima de una embarcación en la que puede ir solo o con más participantes. Esta embarcación, dependiendo de la modalidad puede ser más o menos estable y puede estar construida de uno u otro material. En cuaquiera de las modalidades mencionadas, el palista siempre irá mirando al lugar donde se desplaza y podrá propulsarse con una pala de una o dos hojas (ya sea kayak o canoa) y en ninguno de los casos, la pala estará fijada a la embarcación. Estos dos últimos aspectos (la posición del palista y que la pala no está fijada al barco) son las principales diferencias con el remo.

En esta conferencia vamos a conocer las diferentes modalidades del piragüismo:

1. Aguas tranquilas 2. Ascensos, Descensos y travesías 3. Maratón 4. Turismo Náutico 5. Aguas Bravas 6. Slalom 7. Rafting	8. Kayak de mar 9. Kayak surf 10.Outrigger o piragua oceánica 11. Surf-ski 12. Canoa a vela 13.Kayak polo 14. Piragüismo extreme 15. Estilo libre

INICIAÇÃO AO BTT

- Mário Alpiarça -

(mario.alpiarca@aedji.pt)

Escola Básica 2, 3 D. José I de Vila Real de Santo António

Dizemos iniciação ao BTT porque estamos a falar da bicicleta mais versátil e que poderá proporcionar uma noção mais generalizada á qual denominamos de Ciclismo do Quotidiano, isto é, em primeiro lugar fazer ver aos alunos que a bicicleta é acima de tudo um alegre, saudável e seguro meio de transporte de A para B e para tal, estes alunos devem passar por um processo ensino-aprendizagem onde vão perceber rapidamente os contributos que esta atividade possibilita e generaliza ao nível da pegada ecológica e benefícios ao nível da saúde em geral.

A iniciação ao BTT na escola deveria fazer parte da formação geral dos alunos, neste caso ao nível da Expressão Físico-Motora do 1.º Ciclo (3.º e 4.ºs) e na Educação Física nos seguintes ciclos e considerar-se como matéria obrigatória e não complementar como até ao momento como "Ciclocrosse e Cicloturismo"..

Existe todo um trabalho por fazer onde todas as instituições que têm responsabilidades nesta área, nomeadamente a Federação Portuguesa de Ciclismo, o Ministério da Educação (na vertente Educação Física e Desporto Escolar), o IMTT, as câmaras, a Confap, entre outras. A formulação de um currículo de Ciclismo Quotidiano em conformidade com o ciclo de formação é um primeiro passo. Neste currículo deverão estar obrigatoriamente alguns pontos que são fundamentais, concretamente o domínio da bicicleta ao nível das técnicas de condução e propulsão através do equilíbrio, a vivência do cumprimento das regras e sinais de transito e todo terreno, a aquisição de comportamento de defesa, bem como noções de mecânica.

A INTERVENÇÃO DO TREINADOR E O RELACIONAMENTO COM OS PAIS DOS JOVENS ATLETAS

- Luís Murta -

(lmurta@ipbeja.pt)

Instituto Politécnico de Beja - Portugal

Na sua complexidade, o desporto integra no seu seio um conjunto de intervenientes, factores e variáveis que o determinam condicionam e caracterizam. Ele reconhece-se como um espaço de relações e emoções, de acções e contradições, de prazeres e desprazeres, de convicções e ausência delas, de interesses e desinteresses, de alegrias e tristezas de vitórias e derrotas.

Os atletas, os técnicos, os pais, os dirigentes, constituindo-se como os agentes determinantes deste fenómeno, assumem, cada um deles, um papel essencial e específico no contexto em que intervêm, sendo, como refere *Carnall (2002)*, fundamental que cada um ocupe o seu espaço, desempenhe as sua funções, mantendo uma relação de harmonia e equilíbrio, respeitando, interesses, opiniões, dificuldades e preocupações, reforçando capacidades e competências, potencializando sinergias e acima de tudo, valorizando o elemento central que é o jovem atleta.

Temos hoje a convicção clara de que, a relações conturbadas correspondem normalmente ou sempre, comportamentos desajustados, conflitos latentes ou evidentes, perturbações de rendimento, abandono da prática desportiva, etc..

Estando o jovem atleta no epicentro do triângulo de influências formado pelo treinador, dirigentes e pais, é por demais evidente que as boas ou más relações estabelecidas, assim como as atitudes mais ou menos ajustados de cada um dos elementos e a consequente criação de um clima positivo ou negativo no grupo, tem óbvias consequências no atleta, nos seus comportamentos, atitudes e desempenho.

O objetivo desta comunicação é assim apresentar alguns indicadores que animem a reflexão sobre o processo de comunicação que consubstancia a intervenção desportiva, procurando caracterizar atitudes papeis e comportamentos que determinam as relações estabelecidas.

Palavras Chave: Treino Desportivo, Intervenção Pedagógica, Jovens Atletas

ESTUDO COMPARATIVO SOBRE O FUNCIONAMENTO DAS AULAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA EM ESCOLAS DO SETOR PRIVADO E DO SETOR PÚBLICO

- João Lourenço & Marta Rosa -

(joao.lourenco@ipbeja.pt / marta.rosa@ipbeja.pt)

Instituto Politécnico de Beja - Portugal

Neste primeiro estudo pretendemos identificar as diferenças e as semelhanças, respeitante ao corpo docente de Educação Física, às infraestruturas e aos recursos materiais, aos conteúdos programáticos desenvolvidos e os critérios de avaliação, em duas escolas do mesmo concelho, de relativa proximidade, no entanto, com a diferenciação de uma ser pública e a outra privada. Face ao que nos propomos analisar verificamos, que ambas dispõem de excelentes condições para a prática de Educação Física e que organizam os conteúdos programáticos por categorias. Contudo as diferenças são bem evidentes, nomeadamente ao nível da rotatividade dos espaços, da carga horária das modalidades e por fim ao nível dos critérios de avaliação.

Relativamente ao segundo estudo efetuado tivemos como objetivo a identificação da prevalência de obesidade, bem como o lugar que a atividade física ocupa nos estilos de vida dos alunos e hábitos alimentares dos mesmos. A amostra deste estudo foi constituída por 446 alunos, com idades compreendidas entre os 9 e os 18 anos, da Escola Básica Santiago Maior em Beja. Em jeito conclusão verificamos que, quanto às categorias do IMC não existem diferenças significativas entre os sexos e que esta é maioritariamente constituída por indivíduos com peso dentro do normal (64,8%), por 4,1% de magros, 16,7% de excesso de peso e 14,4% de obesos. Relativamente aos hábitos alimentares, também apuramos que não existem diferenças significativas para todos os itens dos hábitos alimentares, assim como na prática da atividade física, no entanto, os dados revelam que o grupo dos normoponderal praticam atividade física com mais frequência, durante a semana.

ASOCIACIÓN ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA Y OTROS HÁBITOS DE VIDA EN ADOLESCENTES

- Alberto Grao - Cruces, Antonio Fernández Martínez & Alberto Nuviala -

(agracru@upo.es)

Universidad Pablo de Olavide - Sevilha – España

Developing physical fitness and following an active and healthy lifestyle is an essential resource for maintaining vital functions, especially during adolescence, risk stage where lifestyle habits are consolidated, which may last into adulthood. The overall aim of this work was to examine association between physical activity, others lifestyle habits and health indicators in students of secondary education. The study was developed during the school year 2011/2012, and 2122 secondary schools students (12-16 years) from the eight Andalusian provinces participated in this research. The main results suggested: I) Physical activity contributes importantly to greater life satisfaction, lower smoking and greater adherence to the Mediterranean diet in teenagers, and sedentary behaviors for leisure purposes reduces life satisfaction, and adherence to the Mediterranean diet, while it also increases the risk of alcohol consumption; II) Cardiorespiratory fitness contributes significantly to greater adherence to the Mediterranean diet, greater life satisfaction and lower tobacco consumption; III) Only 30.90% of the Andalusian teenagers report an optimal quality diet, worse in urban residents, in olders teenagers, in those less satisfied with their life and more inactives. These results show positive association of an active lifestyle with other healthy lifestyle and indicators of physical and psychosocial health in teenagers.

A INFLUÊNCIA DA FAMÍLIA E DOS AMIGOS NA PRÁTICA REGULAR DE ATIVIDADE FÍSICA NOS ADOLESCENTES. SUA RELAÇÃO COM OS HÁBITOS ALIMENTARES E OS ÍNDICES DE SOBREPESO/OBESIDADE

- João Leal -

(jleal@ipbeja.pt)

Instituto Politécnico de Beja - Portugal

Os factores sociais e afectivos relacionados com a família podem ser considerados fatores protetores, sendo os pais, o grupo de amigos e os companheiros os pontos de referência mais importantes para as condutas das crianças e dos jovens adolescentes, podendo constituir uma fonte de apoio ou de ameaça à adopção dos seus comportamentos. Também os amigos mais próximos parecem desempenhar uma influência determinante na assunção dos seus estilos de vida (Graham, Wall, Larson & Neumark-Sztainer, 2014; Mendonça, Cheng, Mélo & Farias Júnior, 2014; Matos, 2008; Michael & Ben- ur, 2007).

Resultando de uma preocupação prioritária na sociedade actual relacionada com os altos índices de obesidade das crianças e jovens adolescentes e as suas implicações nos fatores de risco das doenças cardiovasculares, procurámos neste estudo, verificar a influência dos pais e outros próximos significativos nos seus hábitos de prática de actividade física regular assim como a sua relação com os alimentares de jovens adolescentes.

MÉTODO: Participaram no estudo 1053 adolescentes, sendo 516 do género feminino, com idades compreendidas entre os 15 e os 18 anos de idade, residentes no distrito de Beja. Analisámos a sua composição corporal utilizando o índice de massa corporal e de massa gorda (bioimpedância elétrica). Aplicados inquéritos para conhecer os hábitos de prática de atividade física (modelo transteórico) e alimentares (Questionário II adaptado - “Habalim”) e ainda os hábitos de prática dos pais e amigos assim como os

incentivos dados por estes. Foram identificados modelos de regressão linear como forma explicativa para os resultados obtidos. Para tratamento dos dados, foram utilizadas técnicas paramétricas na comparação de médias (*t-Student*), análise correlacional (*Bravais-Pearson*) e técnicas de regressão linear (*Stepwise*).

RESULTADOS: Como principais resultados, pudemos verificar que 49% dos sujeitos não realizavam ativiade física regular, 35,7% apresentavam excesso de massa gorda e estas variáveis correlacionavam-se entre si negativamente (r(1053)= -,246, p < 001). Os sujeitos com bons hábitos alimentares apresentavam índices de prática mais elevados (t(1053) = 4.379, sig. =.000). Concluiu-se ainda sobre a influência dos pais e amigos nos níveis de prática de atividade física. Os sujeitos que se situavam nos estadios de ação e manutenção eram os que recebiam mais incentivos para a prática e também aqueles cujos familiares e amigos afirmavam realizar prática de atividade física regular. Foi possível encontrar modelos matemáticos que relacionam a prática de atividade física dos sujeitos da amostra com o nível de prática e incentivos dados pelos pais e amigos

CONCLUSÕES: Um número muito significativo de adolescentes afirma não praticar atividade física com regularidade e tinha maus hábitos alimentares. Os índices de sobrepeso e obesidade apresentam-se correlacionados negativamente com os hábitos alimentares e a prática de atividade física. A influência dos outros próximos apresentou-se correlacionada positivamente com o estádio de adesão à prática da actividade física, sendo mais forte quando relacionada com a prática de actividade física e desportiva do melhor amigo, assim como com o incentivo dado por este e ainda os incentivos dados pelos pais.

Palavras chave: atividade física, hábitos alimentares, pais, amigos, sobrepeso e obesidade.

GINÁSTICA: QUEIMAR ETAPAS DE APRENDIZAGEM

- Carlos Araújo -

(caraujo@fade.up.pt)

Faculdade de Ciências Desporto e Educação Física | Universidade do Porto - Portugal

Uma das frases mais vezes repetidas e simultaneamente menos explicadas pelos professores/treinadores de Ginástica é: "não se devem queimar etapas de aprendizagem".

Também não existe verdade maior que esta quando nos referimos à iniciação das crianças e jovens nas áreas gímnicas. Permitir que uma criança aprenda mal um gesto técnico representa, muitas vezes, limitar a sua evolução para elementos de maior dificuldade e complexidade.

É nossa preocupação contribuir para explicar o que é "queimar etapas de aprendizagem". Para isso vamos enunciar algumas "regras" que adquirimos pela experiência no ginásio, por algumas leituras e por alguns contactos com outros profissionais da Ginástica. Fomos influenciados por muitas situações vividas, “cá dentro" e “lá fora".

Para não se queimarem etapas de aprendizagem vamos enunciar as seguintes regras:

1ª “Conhecer bem as características das crianças que recebemos no Ginásio”. Nas idades mais jovens (até 7/8 anos) é normal que não possuam muita força e sejam algo descoordenados. Também sabemos que gostam de brincar.

2ª “Não promover aprendizagem de elementos técnicos para os quais as crianças e jovens não estão física e psicologicamente preparadas”. A preparação física está intimamente ligada à aprendizagem dos elementos gímnicos. Deve promover-se numa primeira fase uma boa preparação física geral mas ir incluindo exercitação cada vez mais específica em função dos elementos a treinar no presente e num futuro de curto

e médio prazo. O desenvolvimento de qualidades volitivas também deve ser preocupação imediata logo na iniciação das crianças.

3ª “Os elementos gímnicos devem ser ensinados na sua lógica de progressão”, do fácil para o mais difícil. O jovem não deve iniciar a aprendizagem de uma técnica sem dominar os pressupostos (as determinantes técnicas ou os aspectos técnicos mais importantes) que lhe estão associados na base.

4ª "Utilizar todas as situações de aprendizagem possíveis para cada elemento gímnico".

Alguns ginásios possuem poucos aparelhos de apoio ao treino e frequentemente os treinadores têm que ensinar as técnicas utilizando poucas situações. Mas essa não deve ser a forma habitual de ensinar. Sempre que possível, os ginastas devem vivenciar muitas situações de aprendizagem que acarretem ao sistema nervoso central, informações adicionais " à imagem interna do gesto técnico".

5ª "Respeitar ao máximo cada ginasta e entender que não são todos iguais”. Algumas crianças e jovens aprendem mais depressa e outros precisam de mais tempo, de mais repetições, de mais situações de aprendizagem para entenderem o que pretendemos. Os que aprendem em poucas situações de aprendizagem e com poucas repetições, são normalmente os mais talentosos. Outros precisam de mais situações e de muitas repetições mas não está provado que os que aprendem mais depressa cheguem “mais longe” nos êxitos desportivos. Muitos dos que demoram mais na aprendizagem possuem outros atributos como a força de vontade, a capacidade de se superarem e de vencerem as suas limitações o que os levam a alcançar resultados inesperados e até mais longevidade na prática da modalidade.

6ª (talvez a mais importante), “Quando se verifica que um ginasta aprendeu com erro, uma técnica, deve-se parar e voltar atrás”. Primeiro parar, explicar-lhe o que está mal e fazê-lo entender que não se pode prosseguir mantendo esse erro. Seguidamente deve-se procurar uma situação de aprendizagem que permita corrigir. Na maior parte das vezes é bom começar do zero na aprendizagem dessa técnica; ir com calma e devagar, dando tempo ao ginasta para refletir e reorganizar o seu esquema motor. Isto

exige disponibilidade mental do ginasta mas também paciência ao treinador, que certamente tem pressa, na busca de soluções e de êxitos desportivos.

7ª “Concentração; no treino de cada elemento e em competição”. Por fim falamos de concentração e embora este factor psicológico não faça parte da "parte interna" dos aspectos que determinam "boa técnica", todos sabemos da sua importância na concretização de todos os outros factores. Concentração nos elementos gímnicos a executar, nas ligações entre eles, que já estão determinadas, e na "vontade" de "fazer bem" (ou o melhor possível).

IMPLEMENTAÇÃO DE EXERCÍCIOS FÍSICOS EM POPULAÇÃO COM ALTERAÇÕES NA COLUNA LOMBAR

- João Espírito Santo -

(osteopata.espiritosanto@gmail.com)

João Espírito Santo Osteopatia e Reabilitação Física

Devido à enorme ocorrência de casos de lombalgia, é imperativo que os profissionais de exercício físico e saúde saibam adequar as suas práticas para populações que evidenciem este tipo de situações. Através do workshop que se pretende levar a efeito, visa-se informar estes profissionais sobre alguns dos fatores que propiciam as patologias da coluna lombar e aconselhar alguns exercícios físicos, tendo em vista a obtenção de melhorias em portadores deste tipo de problemas.

PROMOÇÃO DA SAÚDE ATRAVÉS DO DESPORTO NO CONCELHO DE VILA REAL SANTO ANTÓNIO

- Carlos Afonso Pereira -

(cafonso22@sapo.pt | afonso.pereira@cm-vrsa.pt)

Autarquia de Vila Real Santo António – Portugal

A autarquia de Vila Real de Santo António através da divisão de desporto e saúde desenvolve regularmente vários projetos desportivos no âmbito da promoção da saúde através do desporto.

O centro de marcha e corrida de VRSA é um excelente exemplo de promoção da atividade física que conseguiu importantes conquistas desportivas e sociais junto da população adulta do concelho.

O projeto Anda+ é um projeto para crianças e jovens que pretende ajudar a combater o excesso de peso através da alteração dos estilos de vida relacionados principalmente com a alimentação e com a atividade física.

A escola sócio desportiva de VRSA e de Castro Marim promove a prática das modalidades de Basquetebol e de Futebol e a transmissão de um elenco de valores que convivem diariamente no desporto. Este projeto acompanha regularmente uma centena de alunos do 1º ciclo das escolas da região e é uma eficaz parceria entre as autarquias de VRSA e Castro Marim, a Fundação Real Madrid e os agrupamentos de escolas do baixo guadiana.

A comunicação apresentada no Instituto Politécnico de Beja, neste 3º congresso ibérico de atividade física e do desporto pretende mostrar a dinâmica implementada na autarquia de VRSA, transmitir as principais metodologias utilizadas e apresentar alguns dos resultados obtidos.

UTILIZACIÓN DE NUEVAS TECNOLOGÍAS EN LA INICIACIÓN AL PIRAGÜISMO

- Juan Gavala -

(juan.gavala@uca.es)

Universidad de Cádiz – España

La mejor manera de aprender a practicar un deporte es realizándolo. Sin embargo, hay veces que por distintos motivos no es posible realizarlo, bien por las condiciones climatológicas, bien por no tener una lámina de agua cerca, etc.

El uso de las nuevas tecnologías permite al docente poder acercar a la realidad de la práctica a sus alumnos. Lógicamente el uso de las nuevas tecnologías no sustituye la vivencia del deporte, pero sí puede darnos de manera visual unos patrones básicos a la hora de disfrutar del deporte, de modo que cuando podamos llevar a nuestros alumnos a una práctica deportiva, los estudiantes ya tendrán asimilado una serie de patrones básicos por lo que no habrá que empezar de cero a la hora de explicárselo, sino que ellos mismos ya tendrán asumido el patrón motor. Ahora sólo quedará llevar a la práctica ese "patrón motriz" y hacer las adaptaciones pertinentes para que las adaptaciones lleguen a realizarse y consigamos un aprendizaje significativo en nuestros alumnos.

En esta ocasión, vamos a presentar cómo enseñaríamos las maniobras básicas del piragüismo (embarque, mantenimiento del equilibrio, uso del material, paleo hacia delante, hacia atrás, uso de la pala como timón, desplazamientos laterales, etc.)

O EFEITO DIFERENCIADO DO STATUS DO JOGO NAS SEQUÊNCIAS DE PASSE DAS EQUIPAS DE FUTEBOL DE ALTO NÍVEL

- Paulo Paixão[1], Jaime Sampaio[2] & Ricardo Duarte [3] -

(paulo.paixao@ipbeja.pt)

[1]Escola Superior de Educação, Instituto Politécnico de Beja, Portugal,

[2]Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal,

[3]Spertlab, Ciper, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa, Portugal

Estudos recentes suportam a noção de que as estratégias no futebol são influenciadas pelo resultado do jogo no momento (status) e as equipas alteram o seu estilo de jogo durante a partida em conformidade (Lago, 2009; Lago, et al. 2010). O status do jogo (ganhar, perder ou empatar) parece ser o fator situacional que mais influencia os diferentes aspetos do desempenho (Hughes & Reed; 2005). O presente estudo pretendeu identificar o efeito do status do jogo nas sequências de passe das equipas de futebol de alto nível. Foram observados um total de 20 jogos da fase final da Liga de Campeões da UEFA 2009 e analisadas 222 sequências de passe de 4 equipas diferentes (FC Barcelona, Manchester United FC, Chelsea FC, Arsenal FC). Como indicador de performance foram selecionadas as sequências de passe que terminaram em remate, traduzindo a forma como cada uma das equipas pode gerar perturbações para chegar ao golo. A principal variável estudada em cada sequência foi o número de passes implicados até ao remate. Apurámos como se verificava a distribuição das sequências de passe e a sua extensão em função do status do jogo nas 4 equipas. Concluímos que as sequências de passe de cada equipa dependem do status do jogo, confirmando que as sequências são diferentes em cada resultado momentâneo do jogo e por outro lado apresentam diferenças substanciais entre as equipas. Este facto indica que existe uma identidade própria de cada equipa (Collet, 2013; Castellano, Casamichana & Lago, 2012).

ESTUDIO DE LA ESTRUCTURA FORMAL DE LA DEFENSA EN VOLEIBOL: CREACIÓN DE UNA HERRAMIENTA AD HOC PARA EL ANÁLISIS DEL JUEGO

- Martín Díaz [1]; Juan Torres [2]; José Tierra [3] -

(martindiazbento@gmail.com)

[1,3] Universidad de Huelva; [2] Universidad de Granada – España

El presente estudio tiene como objetivo el análisis de la secuencia de defensa de los equipos en su fase de KII. Para ello se ha analizado la fase final de la Copa de Su Majestad el Rey de Voleibol Masculino, en 2011 en España. Se analizaron 7 partidos, en los que se disputaron 24 sets, hubo 1076 puntos y se produjeron un total de 1721 acciones defensivas. Con la finalidad de realizar dicho estudio se creó una herramienta propia, herramienta *ad hoc,* para analizar las acciones defensivas de voleibol de forma completa. Dicha herramienta se presentó y, posteriormente, fue validada por expertos para así analizar, de forma mejorada, aquellos aspectos del juego que los entrenadores, de élite, desean. Esta comunicación mostrará la forma en que fue realizada la creación de la herramienta y su posterior validación por expertos, para que así pueda ser usada por los entrenadores en la mejora de sus equipos en un aspecto concreto del juego: la defensa de voleibol.

ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DO PROCESSO DE TREINO E COMPETIÇÃO. A TEORIA QUE SUPORTA A PRÁTICA

- João Vargas -

(joao-vargas@live.pt)

Sporting Clube de Portugal – Futebol SAD - Portugal

Considerando uma equipa de futebol um sistema complexo, podemos referir como características fundamentais a influência do envolvimento no comportamento do sistema e a interdependência entre escalas, sendo o comportamento emergente. Existem assim dois tipos de coordenação, a coordenação intra-equipas e a inter-equipas. Todas as equipas têm uma identidade de jogo, identidade que tem por base uma organização estrutural e uma funcional. Relativamente à construção do microciclo, este deverá ter em conta o modelo de jogo adoptado, o jogo anterior e as características/jogo adversário. Ao longo da preparação para determinada competição podemos organizar as unidades de treino de forma a introduzir exercícios de escalas "micro", "meso" ou "macro". Esta distribuição/evolução pode ocorrer na própria unidade de treino. As tarefas devem ser específicas e representativas e promover comportamentos adaptativos. Nos escalões inferiores o tempo de relação com a bola deverá ser a prioridade.

QUESTIONNAIRE OF CORPORATE QUALITY ACTIVE TOURISM IN PORTUGAL

- Pedro Jorge Bento[1], Jesús Sáez Padilla[2] & Julio Fuentesal García[3] -

[1] IP Beja, Rua Pedro Soares, 7800-295 Beja (Portugal), pbento@ipbeja.pt

[2] Universidad de Huelva, Abeto 3, Aljaraque (España), jesus.saez@dempc.uhu.es

[3] CES Don Bosco, Maria Auxiliadora 9, Madrid (España), jfuentesal@cesdonbosco.com

Abstract

The segment of nature tourism is the one with the greatest growth forecast, according to data from the World Tourism Organisation, considering a study using a prospective analysis of international tourism trends to 2020 (WTO, 2003). This demand for sports and recreational activities is a phenomenon which involves the promotion of healthier styles and high life personal well-being, a way of refuting everyday stress and a sedentary lifestyle. These are activities that develop a very particular engagement, linking sport to practice with privileged contact with nature. Despite these benefits, it is necessary not to forget that practice takes some risks for stakeholders, resulting from the interaction of several factors: nature, human, specific activities, etc. There are still many more reasons why there should be as soon as possible a study in Portugal, to assess and consequently assist in the structuring and management of new products and activities in companies. This paper, through a quantitative methodology, questionnaire, intends to prepare and validate a qualitative tool to measure, in Portugal, the quality of services provided by active tourism companies. The aim of the research is to validate the questionnaire HEVA (Technical Evaluation Tool Quality in Active Tourism) (Mediavilla, 2010) on the quality of services for enterprises of outdoor activities in Portugal. This is based in a validated questionnaire for Spain, Costa Rica, Italy and Scotland (Mediavilla, 2010). To this end, through a quantitative methodology, we performed the translation of the instrument to Portuguese language, followed by

its validation in two ways: initially, through an "Expert Judgment", and later through a pilot test with 21 Portuguese enterprises of outdoor activities. Statistical treatment of the data resulting from this validation process confirms the reliability of the instrument and further validation for future research in the Portuguese market of active tourism. The questionnaire was translated and adapted, with permission, to the Portuguese language. The method we used to translate and revise the translation of the questionnaire was the method "translate - translate back". The results and analysis were organized for all the specific elements of the questionnaire (7 multidimensional parameters). Through the methodology of test-retest and Pearson correlation coefficient (r) statistical indicators, the Spearman correlation coefficient (r) and Cronbach's alpha (a), the final results are presented to validate the instrument, having regard to their temporal stability and internal consistency. Therefore, we conclude that the HEVA questionnaire is suitable for measuring the quality of service of companies of active tourism in Portugal because: a structure is effective when applied, the rigorous and exact specificity regarding the content of active tourism is analysed.

Keywords: Active Tourism; Development; Company; Quality.

References:

Mediavilla, L. (2010). *Calidad del servicio del turismo activo en España, Italia y Costa Rica: Diseño de un método de valoración de la calidad técnica emitida.* Madrid: Universidad Politécnica de Madrid. Tesis Doctoral.

WTO (2003). International recommendations for tourism statistics 2008. Draft compilation guide. Madrid: World Tourism Organization.

LA CALIDAD DE LAS EMPRESAS DE TURISMO ACTIVO EN ANDALUCÍA. ESTUDIO PILOTO EN LA PROVINCIA DE HUELVA

- Jesús Sáez Padilla, Álvaro Martin Sumariva, Inmaculada Tornero Quiñones y Ángela Sierra Robles

(jesus.saez@dempc.uhu.es)

Universidad de Huelva – España

RESUMEN

Este trabajo tiene como objetivo determinar la calidad de las empresas de turismo activo de la provincia de Huelva mediante el cuestionario HEVA (Herramienta de valoración de la calidad en el turismo activo) desarrollado por Mediavilla (2010). Se han recogido 24 cuestionarios, el 100% de las empresas de turismo activo que ejercen la actividad. El instrumento utilizado consta de tres áreas: información general (preguntas abiertas), contenidos y preguntas complementarias (preguntas cerradas). Entre los resultados más destacados la formación adecuada del personal contratado, la seguridad y el control de los recursos materiales así como la calidad percibida por los clientes. Entre las mejoras el control de empresas no autorizadas que ofertan actividades más baratas.

PALABRAS CLAVE: turismo activo, calidad, cuestionario, empresas

ABSTRACT

This work aims to determine the quality of active tourism companies in the province of Huelva by HEVA (Assessment Tool quality in active tourism) questionnaire developed by Mediavilla (2010). 24 questionnaires were collected, 100% of active tourism companies engaged in the activity. The instrument used consists of three areas: general information (open questions), content and supplementary questions (closed questions). The most important results from the proper training of recruits, security and control of material resources and the quality perceived by customers. Improvements control unauthorized companies that offer cheaper activities.

KEYWORDS: active tourism, quality, questionnaire, enterprises

I. INTRODUCCIÓN

Han pasado más de dos décadas desde que aparecerían las primeras empresas de turismo activo. Olivera y Olivera (1998) hacen referencia a las actividades físicas de aventura en la década de los sesenta como referencia al comienzo de este grupo de prácticas físico-deportivas. Es en el decreto 146/2000 del Gobierno de Aragón donde aparece una definición actualizada de turismo activo y de aventura, es *"aquella actividad que se practica sirviéndose básicamente de los recursos que ofrece la propia naturaleza en el medio que se desarrolle, sea éste aéreo, terrestre o acuático".* La evolución ha sido constante en cuánto número y oferta de nuevas actividades. Si las inquietudes iniciales giraban en torno a la incorporación en el sector del turismo, en la actualidad la preocupación va ligada a la calidad del producto, la innovación y la excelencia. Se hace necesaria la vinculación al turismo deportivo como apunta García (2003) porque siempre va asociado a un impacto en la sociedad y la cultura del lugar que lo recibe.

Nos encontramos que España es el segundo país del mundo que recibe más turismo extranjero, con un 7% del turismo mundial (Organización Mundial de Turismo, 2010). A nivel mundial un 2% corresponde al turismo deportivo de aventura según las mismas fuentes. Son cifras que van adquiriendo un valor significativo. Para Mezyed (2005) es interesante asociar el turismo rural y el turismo activo, nos permite acercarnos a datos económicos que muestran la tendencia en este tipo de actividades. El perfil geográfico de los turistas en busca de turismo activo es similar al que de los que usan el turismo rural, ya que ambos suelen ir vinculados. Para la Secretaria de Comercio, Turismo y Pymes (2006) en nuestro país se registra un cambio de tendencias, de forma muy lenta y con objetivos a medio y largo plazo, de un turismo de sol y playa hacia un turismo de calidad, diversificado, desconcentrado y desestacionalizado.

Como referencias a nivel nacional los datos que nos ofrece Mezyed (2005) explican cuáles son los países que más nos visitan por este orden: Reino Unido, Alemania, Francia y Estados Unidos. Los destinos más demandados son: Cataluña, Canarias, Islas Baleares, Andalucía, Comunidad Valenciana y Madrid.

Resulta interesante observar la distribución del gasto total de los turistas según el motivo del viaje. En un porcentaje elevado (78,9%) la elección del turista para sus viajes es ocio y vacaciones. Según el informe del Instituto de Estudios Turísticos sobre la encuesta de gastos turísticos (EGATUR.IET, 2004) el 60,6% corresponde al ocio en campo y playa como forma de descanso; el 14,3% ocio cultural; el 1,4% ocio deportivo y el 2,6% otras actividades. Actualizándola con los datos del 2011, los viajes de ocio se situaron en un 84%, creciendo casi un 10% superando a los viajes de negocios y por motivos personales que disminuyeron. Igual de relevante son los datos sobre las

actividades realizadas por los visitantes. Las más demandadas las culturales, con un incremento del 10%, a continuación las culturales, con más de cinco de cada diez turistas ha acudido a un evento cultural y las deportivas con uno de cada diez turistas.

En términos generales Mediavilla y Blanco (2012) comentan como la calidad del turismo activo se regula mediante normas genéricas de la calidad. Así tenemos el modelo ISO, el modelo de excelencia EFQM y la marca Q de calidad turística. A nivel internacional por la Organización Internacional de Normalización (ISO), en Europa por el Comité Europeo de Normalización (EN) y en España por una Norma Española (UNE). La regulación del turismo activo viene precedida como opina Pérez (2008) de los objetivos que persigue la normativa que regula el turismo activo:

1.- Conservación de los espacios naturales. Debe existir un equilibrio entre beneficios del desarrollo económico y el daño potencial que puede derivar su actividad.
2.- Seguridad de los usuarios. Con especial atención a los materiales, a la titulación de los monitores y los seguros de responsabilidad.
3.- Calidad de las empresas turísticas. Ejercicio de control sobre la constitución y desarrollo del ejercicio de la actividad de las empresas así como del incremento de los requisitos.

En términos generales nos encontramos con tres niveles de gestión de calidad para empresas de turismo activo:
a.- Diploma de Compromiso con la Calidad Turística. Enmarcado en un nivel de iniciación y sensibilización.
b.- Norma UNE 188003 ó Q de Calidad Turística para Turismo Activo. Es una norma española y europea específica para empresas de turismo activo.
c. – Normas ISO 9001:2008. Norma internacional genérica para empresas.

En España la norma UNE 188003 o Q de calidad para Turismo Activo ha sido elaborado por el Instituto para la Calidad Turística en España (ICTE). Se encarga principalmente de regular la actividad de las empresas de turismo activo en España de forma voluntaria, estableciendo los requisitos que deben cumplir las mismas en todo lo referente a gestión y prestación de actividades deportivas o de naturaleza, con fines lúdicos y no dirigidos a la competición. Se divide en tres grandes bloques:

1.- Procesos de dirección.
2.- Requisitos de prestación de servicios.
3.- Infraestructuras y equipamiento.

Actualmente las empresas de turismo activo apuestan por la línea marcada por Ecotrans mediante su certificación mundial de turismo sostenible. El portal DestiNet

(http://destinet.eu/) facilita la incorporación de las empresas hacia un turismo responsable, ofreciendo todos los itinerarios y certificados para garantizar un mercado verde y global.

La utilización del cuestionario HEVA (Herramienta valorativa de la calidad en turismo activo) diseñado por Mediavilla (2010) cumple con los criterios que se establecen en las diferentes normativas tanto nacionales, europeas e internacionales. Diferentes estudios nos muestran como una apuesta por el turismo activo de calidad permitirá una mejora constante en este campo emergente. Desde el turismo rural se valora positivamente la práctica de deporte al aire libre, para Rivera (2010) hay un dato muy interesante, las actividades de "salir al campo" e "ir de excursión" han pasado del 21% de la población en 1990 al 39% en el 2005. El mismo autor establece que hay un desarrollo de la recreación al aire libre, el ocio periurbano y el aumento de las prácticas activas de turismo en contacto con el medio natural como compensación a la vida urbana, sedentaria y estresante.

En la misma línea Porras (2004) hace referencia a la importancia adquirida por las actividades de turismo en la comunidad andaluza. En un principio eran complementarias a las ofertas de turismo rural, camping y hostelería. Actualmente han tomado suficiente entidad y por sí solas son atractivas para la elección de un destino.

La mejora y el incremento de este sector turístico pasa por la incorporación a los diferentes sistemas de calidad del mayor número de empresas. Entre sus puntos fuertes destacamos como contribuye a la revitalización de la economía local y su entorno natural mejorando el entendimiento entre el medio rural y el urbano (Vázquez, 1998).

El objetivo del trabajo es conocer la calidad de las empresas de turismo activo de la provincia de Huelva. La adhesión a la Carta Europea de Turismo Sostenible (CETS) confirma la realización de acciones que ratifican la calidad de las mismas garantizando al menos acciones en tres ámbitos: mejora de su oferta turística y aumentar su colaboración con el espacio natural, mejora de su comportamiento ambiental y la contribución a la conservación del patrimonio y el apoyo al desarrollo local (Blanco, 2009).

II. MÉTODO

II.1.- Muestra

La muestra del estudio estuvo compuesta por 24 empresas de turismo activo de la provincia de Huelva que ejercían su actividad profesional durante el 2011.

II.2.- Instrumento

El cuestionario HEVA (Herramienta Valorativa de la Calidad en Turismo Activo) desarrollado por Mediavilla (2010). Está compuesto de tres bloques bien diferenciados: el primero sobre datos de ***información general de la empresa*** (preguntas abiertas), el segundo bloque tienes siete apartados sobre ***aspectos de calidad (Entidad, Actividad "Estrella", Recursos Materiales, Seguridad, Medio Ambiente Natural, Recursos Humanos y Cliente).*** Cada uno de estos parámetros contiene 10 ítems, los cuales se contestan mediante una escala de Likert de 5 puntos que va desde 1 (mínima importancia) a 5 (máxima importancia) y otra escala de Gutman "Si" o "No" dependiendo si lo llevan a cabo en su empresa o no. Por último el tercer apartado consta de unas preguntas complementarias que van encaminadas a conocer la opinión desde el punto de vista del cliente. Este único apartado se divide en ***15 ítems (Amabilidad, Atención al Cliente, Atractivo de las Actividades, Capacidad de Respuesta, Conservación del Entorno, Efectividad en el Servicio, Instalaciones, Limpieza, Percepción de Garantías del Servicio, Productos Complementarios, Profesionalidad, Puntualidad, Satisfacción del Producto, Seguridad y Tratamiento de las Reclamaciones)***, contestados mediante la misma escala de Likert explicada anteriormente. El cuestionario mostró una adecuada consistencia interna según el Alfa de Cronbach (α= .873). En cuanto a las dimensiones del cuestionario la fiabilidad fue la siguiente:

- Entidad (α= .798)
- Actividad "estrella" (α= .608)
- Recursos materiales (α= .731)
- Seguridad (α= .290)
- Medio ambiente natural (α= .616)
- Recursos humanos (α= .798)
- Cliente (α= .626)
- Preguntas complementarias también muestra una gran fiabilidad (α= .867)

II.3.- Procedimiento

Los directivos de las empresas fueron contactados mediante vía telefónica e informados del estudio que queríamos llevar a cabo, nuestros objetivos y el fin, pidiéndoles su colaboración y concretando una cita con cada uno de ellos. Una vez aceptada la cita y reunidos se les mostraba el cuestionario y se les daba las instrucciones para completar el instrumento, así como dar respuesta a las preguntas planteadas en ese momento. También se les pidió que lo rellenaran con la mayor veracidad posible y que los datos se trataran con absoluta discreción. El tiempo aproximado para rellenar cada cuestionario fue entre 20 y 25 minutos, aunque hubo alguna excepción ya que daban explicaciones más detalladas a algunos ítems.

II.4.- Análisis de datos

Una vez recogidos los cuestionarios y pasados los datos utilizamos el programa Statistical Package Social Sciencies (SPSS 20.0) para el análisis estadístico. Llevamos a cabo un análisis descriptivo (medias, frecuencias y desviación típica). A continuación se realiza un análisis de la consistencia interna y fiabilidad a través del cálculo del coeficiente alpha de Cronbach.

III. RESULTADOS

III.1.- Datos generales de la empresa. Nos muestra el perfil de las empresas de turismo activo en la provincia de Huelva. Los principales apartados quedan resumidos en:

- Los años que llevan funcionando como empresa se mueven principalmente entre 9 años o más, el 37,5% y entre 6 y 8 años, el 20,8%.
- En cuanto al número de socios que componen la empresa nos movemos con un 29,2% que sólo tienen un socio; el 20,8% con tres socios y el 20,8% con 4 o más.
- La mayoría de las empresas trabajan los doce meses del año. Aunque añaden que tienen una mayor afluencia en los meses estivales. Un 83,3% trabaja todo el año.
- La actividad más demandada son el senderismo y las rutas a caballo con un 8,3% cada una.
- Los meses con más actividad son junio, julio y agosto, coincidiendo con las vacaciones de verano. Los meses de julio y agosto el porcentaje es del 33,3%. Es destacable como el otoño aparece con un 12,5%.
- En relación al número de trabajadores que necesita la empresa, destacamos los trabajadores fijos, con un 54,2% entre 1 y 2, y un 33,3% de trabajadores temporales entre 1 y 3.
- El volumen económico que mueve la empresa se encuentra con un 33,2% entre 20.000 y 80.000 euros.
- El 75% trabaja con actividades vinculadas a medio terrestre, aunque ofertan actividades en el medio acuático un 20,8%. Sin embargo ninguna oferta actividades del medio aéreo. Son datos referidos a las empresas en activo e inscritas en el registro.
- Finalmente la identificación con el sector turismo o sector deporte no está muy claro. El mayor porcentaje, en ambos casos, 20,8% opinan que están al 50%.

III.2.- Evaluación de la empresa. Dentro de este apartado nos encontramos con 7 dimensiones que detallamos a continuación:

a. Entidad. El análisis descriptivo presenta los siguientes resultados (tabla nº 1) destacando como el 79,2% considera importante la realización de un estudio de mercado para valorar su viabilidad como proyecto empresarial. Con un 91,7% se valora que el responsable de la empresa tenga una titulación oficial así como una adecuada

formación. De igual modo destacan la satisfacción del cliente así como el sistema de atención al mismo con un 83,3%.

Tabla nº1: entidad.

DIMENSIÓN 1: ENTIDAD		
Ítems		Descriptivo
1.	Hacer un estudio de la viabilidad empresarial	79,2% (n=19)
2.	Poseer titulación oficial o formación el responsable al frente de la empresa	91,7% (n=22)
3.	Tener formación en ámbitos del sector empresarial	91,7% (n=22)
4.	Realizar consultoría o auditoria sobre la calidad del servicio	55,8% (n=11)
5.	Poseer una herramienta para medir la satisfacción del cliente	83,3% (n=20)
6.	Pertenecer a una asociación de empresas del sector	58,3% (n=14)
7.	Exigir criterios concretos para pertenecer a una asociación	58,4% (n=14)
8.	Poseer un sistema de atención al cliente	83,3 %(n=20)
9.	Poseer y mostrar algún tipo de reconocimiento o premio publico	62,5 %(n=15)
10.	Desarrollar algún sistema de calidad que mejore el servicio de la empresa	62,5% (n=15)

b. Actividad "Estrella". Los datos más destacados de esta dimensión están relacionados con el protocolo a realizar antes de la actividad en la que se dará información sobre los aspectos más relevantes de la misma (83,3%) y con un 91,7% a la normativa vigente que afecta a la realización de la actividad (tabla nº 2).

Tabla nº 2: actividad estrella.

DIMENSIÓN 2: ACTIVIDAD ESTRELLA		
Ítems		Descriptivo
1.	Destacarse por un tipo de actividad "estrella", la más demandada por temporada	79,2% (n=19)
2.	Tener unas exigencias concretas, hacia el cliente, para realizar la actividad	66,6% (n=16)
3.	Valorar los conocimientos del cliente que requiere la actividad "estrella"	50% (n=12)
4.	Poseer un protocolo (escrito) sobre el sistema de actuación con esta actividad	66,6% (n=16)
5.	Tener un ratio técnicos-clientes-dificultad por escrito y más bajo de lo normal	49,9% (n=12)
6.	Tener estipulado el compartir información previa antes de realizar la actividad	83,3% (n=20)
7.	Conocer la normativa específica y actual que regula esta actividad	91,7% (n=22)
8.	Mostrar públicamente los requerimientos y permisos para realizar esta actividad	66,6% (n=16)
9.	Poseer la actividad adaptada a personas con algún tipo de necesidad especial	66,7%(n=16)
10.	Identificar y mostrar los niveles (dificultad destreza) de la actividad estrella	66,7%(n=16)

c. Recursos materiales. El 100% de las respuestas apuestan por la sustitución del material deteriorado. Con otros aspectos destacables son la utilización de material específico para las actividades, un 91,6% de las respuestas y el mantenimiento a realizar con el material con un 91,7%. Es considerado algo secundario la sustitución del material por no llevar la imagen identificativa con el 37,5% de las respuestas.

Tabla nº 3: recursos materiales.

DIMENSIÓN 3: RECURSOS MATERIALES		
Ítems		Descriptivo
1.	Disponer y mostrar material específico homologado para cada actividad	87,5% (n=21)
2.	Sustituir el material por caducidad de su vida útil	83,3% (n=20)
3.	Sustituir el material por deterioro	100% (n=24)
4.	Sustituir el material por no poseer la misma imagen identificativa	37,5% (n=9)

5.	Controlar el posible material aportado por los usuarios	62,6% (n=15)
6.	Aportar material de sustitución al cliente en caso de no cumplir los requisitos	75,1% (n=18)
7.	Poseer un responsable de material o reconocer la asignación de esta tarea	79.1% (n=19)
8.	Utilizar material específico para cada actividad	91,6% (n=22)
9.	Conocer y realizar acciones de mantenimiento que han de hacerse al material	91,7%(n=22)
10.	Controlar, de forma sistematizada y protocolizada, el uso del material	79,2%(n=19)

d. Seguridad. En esta dimensión nos centramos en aspectos de la seguridad. Nos encontramos que en varios apartados el 100% de las respuestas coinciden en la obligatoriedad de seguir las indicaciones del responsable, poseer un seguro de responsabilidad civil, por siniestro y víctima, así como tener un protocolo de actuación y seguimiento en caso de accidente. En el lado opuesto tenemos como el 25% considera importante poseer una franquicia (tabla nº 4).

Tabla nº 4: seguridad.

DIMENSIÓN 4: SEGURIDAD		
Ítems		Descriptivo
1.	Repasar puntos básicos de seguridad y normas de autoprotección	95,9% (n=23)
2.	Recordar la obligatoriedad de seguir las indicaciones del responsable	100% (n=24)
3.	Poseer un seguro de responsabilidad civil. Por siniestro y por victima	100% (n=24)
4.	Tener un seguro de asistencia y/o accidente que cubra las primeras curas	83,4% (n=20)
5.	Poseer franquicia	25% (n=6)
6.	Mostrar la titulación oficial de los responsables de la actividad	58,3% (n=14)
7.	Poseer, los responsables de la actividad, otros elementos de seguridad	70,8% (n=17)
8.	Tener un protocolo de actuación y seguimiento en caso de accidente	100% (n=24)
9.	Realizar controles meteorológicos protocolizados	66,6%(n=16)
10.	Poseer una comunicación protocolizada durante el transcurso de la actividad	75%(n=18)

e. Medio ambiente natural. Todo lo referente al medio ambiente natural lo encontramos en la quinta dimensión (tabla nº 5). De este grupo destacamos que la gran mayoría de las empresas encuestadas conocen la normativa medioambiental en cuanto al espacio se refiere (87,6%), muestran los permisos pertinentes de la administración en temas ambientales (79,2%) y revisan con el cliente las medidas medio ambientales más importantes (75%), así como un 91,7% transmiten valores medioambientales durante el transcurso de la actividad. Cabe destacar que existe disparidad de opiniones en cuanto a poseer y mostrar la norma ISO 14000 o similares (45,8%) y conocer los cambios continuos que se producen en el entorno natural (58,4%).

Tabla nº 5: medio ambiente natural.

DIMENSIÓN 5: MEDIO AMBIENTE NATURAL		
Ítems		Descriptivo
1.	Conocer la normativa medioambiental en cuanto al espacio se refiere	87,6% (n=21)
2.	Informar a la administración ambiental competente de la memoria de actividades	62,5% (n=15)
3.	Mostrar los permisos pertinentes de la administración en temas ambientales	79,2% (n=19)
4.	Poseer y mostrar la norma ISO 14000 o similares	45,8% (n=11)
5.	Realizar un análisis sobre los impactos medioambientales de las actividades	66,7% (n=16)
6.	Reconocer e identificar la formación complementaria en temas ambientales	70,8% (n=17)
7.	Realizar acciones de mejora o recuperación ambiental	70,9% (n=17)
8.	Conocer la evaluación continua ambiental que puede soportar la zona natural	58,4% (n=14)
9.	Revisar con el cliente las medidas medioambientales más importantes	75%(n=18)
10.	Protocolizar durante la actividad alguna transmisión de valores ambientales	91,7%(n=22)

f. Recursos humanos. En un 83,3% hacen un seguimiento profesional de sus trabajadores, le dan valor a su titulación y experiencia (70,8%) y les interesa que tengan material específico para su seguridad (83,4%).

Tabla nº 6: recursos humanos.

DIMENSIÓN 6: RECURSOS HUMANOS (RR HH)		
Ítems		Descriptivo
1.	Poseer un documento que refleje el perfil y selección del puesto laboral	54,1% (n=13)
2.	Mostrar la titulación o formación oficial de los responsables de la actividad	66,7% (n=16)
3.	Realizar algún tipo de seguimiento profesional a los trabajadores	83,3% (n=20)
4.	Exigir algún tipo de reciclaje, protocolizado, para los empleados de la empresa	54,2% (n=13)
5.	Poseer un nivel bajo de rotación de personal	66,7% (n=16)
6.	Diseñar un esquema organizacional de la estructura de los RRHH de la empresa	62,5% (n=15)
7.	Poseer actuaciones concretas: discriminación positiva, conciliación familiar, etc.	62,5% (n=15)
8.	Reconocer su experiencia, cualificación, titulación y/o responsabilidad	70,8% (n=17)
9.	Poseer un proceso de tratamiento interno de errores del trabajador	58,3%(n=14)
10.	Aportar material específico, personal y adecuado para su seguridad	83,4%(n=20)

g. Cliente. En la tabla nº 7 con un 91,7% destacamos la importancia de medir la calidad del servicio que perciben los clientes. Con el mismo porcentaje la información e identificación de los servicios que se ofrecen. También realizan y le otorgan una mayor importancia a conocer qué calidad es la que percibe el cliente (87,5%) y pedir una autorización escrita para realizar la actividad (87,4%).

Tabla nº 7: cliente.

DIMENSIÓN 7: CLIENTE		
Ítems		Descriptivo
1.	Medir la calidad del servicio que perciben los clientes	**91,7% (n=22)**
2.	Reconocer qué parámetros de calidad percibe un cliente	87,5% (n=21)
3.	Utilizar un sistema de fidelización y aplicarlo de forma estructurada	70,8% (n=17)
4.	Formalizar por escrito algún tipo de contrato o autorización para realizar la actividad	87,4% (n=21)
5.	Informar al cliente (documento protocolizado que refleje modo y contenido)	75% (n=18)
6.	Identificar un proceso para la gestión de quejas	79,1% (n=19)
7.	Informar e identificar los servicios que se ofrecen	**91,7% (n=22)**
8.	Realizar un seguimiento de opinión del cliente, de forma sistematizada	54,2% (n=13)
9.	Poseer de forma protocolizada el tratamiento de las actividades con menores	66,7%(n=16)
10.	Identificar conocimientos para tratar a colectivos con necesidades especiales	70,8%(n=17)

III.3.- Autoevaluación de la empresa desde el punto de vista del cliente. Este apartado corresponde a las preguntas complementarias del cuestionario, se puede observar como la mayoría de las empresas le dan la máxima importancia a todos los

Tabla nº 8: estadísticos descriptivos.

	N	Mínimo	Máximo	Media		Desv. típ.	Varianza	Asimetría		Curtosis	
					Error típico				Error típico		Error típico
Amabilidad	23	1,00	5,00	4,956	,04348	,20851	,043	-4,796	,481	23,00	,935
Atención al cliente	23	1,00	5,00	4,869	,07180	,34435	,119	-2,351	,481	3,855	,935
Atractivo de las Actividades	23	1,00	5,00	4,739	,09362	,44898	,202	-1,167	,481	-,709	,935
Capacidad de respuesta	23	1,00	5,00	4,478	,13873	,66535	,443	-,928	,481	-,124	,935
Conservación del entorno	23	1,00	5,00	4,478	,12367	,59311	,352	-,625	,481	-,470	,935
Percepción de garantías del servicio	23	1,00	5,00	4,304	,13240	,63495	,403	-,340	,481	-,517	,935
Productos complementarios	23	1,00	5,00	**3,521**	,17637	,84582	,715	,173	,481	-,398	,935
Profesionalidad	23	1,00	5,00	4,739	,12911	,61919	,383	-2,305	,481	4,257	,935
Puntualidad	23	1,00	5,00	4,478	,13873	,66535	,443	-,928	,481	-,124	,935
Satisfacción del producto	23	1,00	5,00	4,739	,09362	,44898	,202	-1,167	,481	-,709	,935
Efectividad en el servicio	23	1,00	5,00	4,782	,08794	,42174	,178	-1,468	,481	,161	,935
Instalaciones	23	1,00	5,00	4,217	,12505	,59974	,360	-,092	,481	-,202	,935
Limpieza	23	1,00	5,00	4,521	,10650	,51075	,261	-,093	,481	-2,190	,935
Seguridad	23	1,00	5,00	4,956	,04348	,20851	,043	-4,796	,481	23,00	,935
Tratamiento de las reclamaciones	23	1,00	5,00	4,391	,15061	,72232	,522	-,773	,481	-,587	,935
Ámbito Laboral	23	1,00	5,00	**3,043**	,28450	1,3644	1,862	,150	,481	-1,540	,935
N válido (según lista)	23										

ítems, con la excepción de los productos complementarios, con valores ligeramente inferiores junto al ámbito laboral (tabla nº 8).

IV. DISCUSIÓN

Nuestra atención está focalizada en las dimensiones del bloque segundo, evaluación de la empresa.

a. Entidad. En el estudio de Nasarre (2000) “La regulación jurídica de las empresas de turismo activo” destaca como en 1991 se publicó en Cataluña el Decreto 81/91 de 25 de marzo sobre requisitos de empresas de organización de actividades deportivas de recreo y turísticas de aventura, en el cual se regula el sector para procurar la calidad del servicio ofrecido y la exigencia de titulaciones.

b. Actividad “Estrella”. Como apunta Mediavilla y Blanco (2012), las zonas geográficas donde se lleven a cabo las actividades definirán el tipo de actividades así como la apuesta por su implantación siguiendo pautas de calidad. En el caso de Asturias, el trekking, el piragüismo y las rutas a caballo aparecen como actividades estrellas.

c. Recursos materiales. Nasarre y Mediavilla (2007) en su estudio sobre la situación de la Legislación de Turismo Activo en España, dicen que el buen estado del material es fundamental para que el cliente pueda realizar las actividades que ha elegido con total seguridad y comodidad, disfrutando de ese entorno tan espectacular.

d. Seguridad. Como dice Jiménez (2006) es necesario establecer protocolos de seguridad por parte de las empresas de turismo activo, no solo porque lo obliga la normativa sino porque es clave para proteger los intereses de los usuarios de este tipo de actividades.

e. Medio ambiente natural. En esta línea Lacosta (2002) apunta que las empresas de este sector han permitido una recuperación demográfica en zonas que estaban en malas condiciones, debido a una actividad que ayuda a conservar espacios naturales de alto valor ambiental, teniendo siempre en cuenta que no se rebase la capacidad de carga de estos espacios. La tendencia es seguir mejorando la protección de los espacios naturales ligado al desarrollo turístico de forma sostenible (Vargas, 2013).

f. Recursos humanos. Peñalver (2004) apunta que las empresas de este sector, deben ofrecer servicios con la máxima calidad y seguridad y para ello es muy importante contar con personal cualificado. De esta manera las empresas serán cada vez más competitivas y profesionales.

g. Cliente. Mediavilla (2008) afirma que el cliente es una de las piedras angulares de este engranaje, la percepción del valor de calidad depende mucho de él, de cómo se cubran sus expectativas y necesidades. Todo está a disposición del cliente y el saber entenderlos siempre nos ayudará a tener una percepción del servicio que están recibiendo. Siguiendo a Pérez (2008), el turista le da más importancia al conjunto de actividades complementarias, hemos pasado del turista pasivo al turista que quiere ser protagonista y es demandante de un ocio activo.

V. CONCLUSIONES

El perfil de las empresas de turismo activo de la provincia de Huelva, son empresas que se mueven entre los 5 y 10 años de vida. Los socios que componen la empresa casi la mitad va de uno a tres socios. Aunque trabajan todo el año, la mayor afluencia se da

entre los meses de junio y septiembre. En algunos casos el trabajo con centros escolares hace que la mayor concentración sea en mayo y junio. Las actividades más ofertadas son el senderismo y las rutas a caballo. Las características de la provincia y la existencia de parques nacionales y naturales facilita la oferta de estas actividades. Otras actividades emergentes como la marcha nórdica se unen a las anteriores por su facilidad y dinamización existente en la provincia. En cuanto al volumen de negocio, un tercio de las empresas se mueven entre los 20.000 y los 80.000 euros. Destacamos también que las empresas con registro en Huelva no aparece ninguna que oferta actividades en el medio aéreo.

Entre los aspectos relacionados con la calidad de las empresas destacamos la importancia de una titulación oficial y una formación adecuada para poder gestionar y dirigir la empresa. Si en la provincia de Huelva el senderismo aparece como actividad principal destacamos la importancia de conocer la normativa que regula dicha actividad así como la información a trasmitir al cliente antes de su realización. En cuanto a los recursos materiales los tres aspectos relevantes son: la utilización de material específico para cada actividad, la realización de un mantenimiento adecuado y de calidad y la retirada del material en malas condiciones. En relación a la seguridad debemos tener claro que las empresas necesitan de un seguro de responsabilidad y accidentes, que hay seguir las indicaciones de los responsables así como la existencia de protocolos de actuación ante cualquier contingencia.

La práctica de actividades físico-deportivas en espacios naturales es cada vez más frecuente y las empresas de turismo activo son las más interesadas en estas propuestas. Por ello se hace necesario un uso responsable de los mismos conociendo la normativa que los regula y también la necesidad de mejorar la formación e información que se trasmite a los clientes y los trabajadores que utilizarán estos espacios. Para finalizar es significativo que en el apartado de recursos humanos el dato más relevante sea la de realizar un seguimiento profesional a los trabajadores y en relación al cliente la importancia de medir la calidad del servicio percibida por el cliente además de identificar e informar muy bien las actividades y servicios que se ofrecen

VI. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Conde, L.; del Rio, J.; Ortega, F.; Ceballos, D.; López, F. y Fuentes, J. (2012). Análisis de las actividades de las empresas del sector del turismo activo de la provincia de Huelva. *EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 17, 168.*

Decreto 20/2002, de 29 de enero de 2002, de Turismo en el Medio Rural y Turismo Activo.

Decreto 80/2010, de 30 de marzo, de simplificación de trámites administrativos y de modificación de diversos Decretos para su adaptación al Decreto-Ley 3/2009, de 22 de diciembre, por el que se modifican diversas Leyes para la transposición en Andalucía de la Directiva relativa a los Servicios en el Mercado Interior.

Expósito Peláez, E. (2009). El turismo activo como complemento del sector turístico*. EF Deportes.com, Revista Digital.* Buenos Aires, 14, 137.

Foronda Robles, C. & García López, A. (2009). La apuesta por la calidad como elemento diferenciador en los destinos turísticos: planes renovados*. Cuadernos de turismo, 23, 89-110.*

Frometa, G.; ayas, A. y Pérez, A. (2008). La Gestión de la calidad en los servicios. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*.

Fuentes, M. (1997). Calidad total versus ISO 9000: dos alternativas para un mismo objetivo. *I Congreso de Ciencia Regional de Andalucía: Andalucía en el umbral del siglo XXI, 260-272.*

Funollet, F. (1989). Las actividades en la naturaleza. Orígenes y perspectivas de futuro. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 18, 4-10.

Jiménez, P. (2006). turismo Activo y protocolos de seguridad: BTT en la vía verde de Morata de Tajuña. *Revista internacional de Ciencias del Deporte*, 2, 1-14.

Lacosta, A. (2002). *Los deportes de Aventura y su incidencia en el desarrollo turístico de un espacio protegido: el Parquet Natural de los Cañones y la Sierrra de Guara (Huesca). Universidad de Zaragoza.*

Mediavilla, L. (2008). Parámetros para la valoración de la calidad en las empresas de Turismo Activo, a través del diseño de un instrumento multidimensional*. Ágora para la EF y el Deporte*, 7-8, pp. 63-97.

Mediavilla, L. (2010). Estudio de la calidad del servicio del turismo activo en España(Huesca y Lérida), Italia (Trentino y Alto Adige) y Cota Rica (Alajuela y Cartago): Diseño de un método para la valoración de la calidad técnica emitida. Tesis Doctoral Inédita. Universidad Complutense de Madrid.

Nasarre, JM (2000). La regulación jurídica de las empresas de Turismo Activo. *Acción e Investigaciones Sociales* 10, pp. 67-82.

Nasarre, J.M. y Mediavilla, L. (2007). Estudio de la situación de la Legislación de Turismo Activo en España. Subdirección General de Calidad e Innovación Turística. Secretaría General de Turismo

Nasser, D. (1995). Deporte y turismo activo: una reflexión sociológica*. Primer congreso de turismo rural y turismo activo.*

Olivera, A. y Olivera, J. (1998). Análisis de la demanda potencial de las actividades físicas de aventura en la naturaleza en la ciudad de Barcelona. *Apunts Educación Física y Deporte,* 52, 92-102.

Peñalver, M. (2004). El Turismo Activo como alternativo y complemento al modelo turístico en la region de Murcia. *Cuadernos de Turismo, 14, 179-215.*

Pérez, J. M. (2008). El régimen del turismo active en España desde la perspectiva andaluza. *Revista Aragonesa de Administración Pública, 33, 281-348.*

Sanchez, J.E. (2005). *Actividades en el Medio Natural y Educación Física.* Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.

Vargas, A. (2013). *El turismo en la provincial de Huelva: de dónde venimos, dónde estamos y ¿hacia dónde queremos ir? El observatorio que nunca existió.* Huelva: Gestocomunicación.

Yepes, V. (1998). Hacia la gestión de calidad en la actividad turística de la Comunidad Valenciana. *Revista Valenciana D´Estudis Autonòmics, 25, 119-133.*