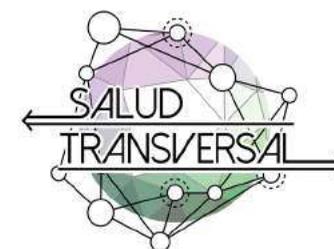


Vidas e historias que mueven al Programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable

Hallazgos preliminares y reflexiones de un estudio etnográfico

Adriana Díaz del Castillo, Andrea Gómez, María Alejandra Rubio, Lucía Trujillo

Primera Cumbre de programas gubernamentales de actividad física de las Américas
BOGOTÁ, 8 DE SEPTIEMBRE DE 2016



EL EQUIPO



PROGRAMA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (HEVS)

PROGRAMA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (HEVS)

Promoción
de práctica
regular
de AF

PROGRAMA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (HEVS)

Promoción
de práctica
regular
de AF

10 CIUDADES
27 DEPTOS.
190 MUNICIPIOS

PROGRAMA NACIONAL DE HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE (HEVS)

Promoción
de práctica
regular
de AF

10 CIUDADES
27 DEPTOS.
190 MUNICIPIOS

Énfasis
comunitario.
Sesiones
dirigidas
musicalizadas



(HEVS) ¿QUIÉNES LO COMPONEN?

(HEVS) ¿QUIÉNES LO COMPONEN?

EQUIPO COLOMBIA



(HEVS) ¿QUIÉNES LO COMPONEN?

**EQUIPO
COLOMBIA**

**GRUPO INTERNO
NACIONAL**

(HEVS) ¿QUIÉNES LO COMPONEN?

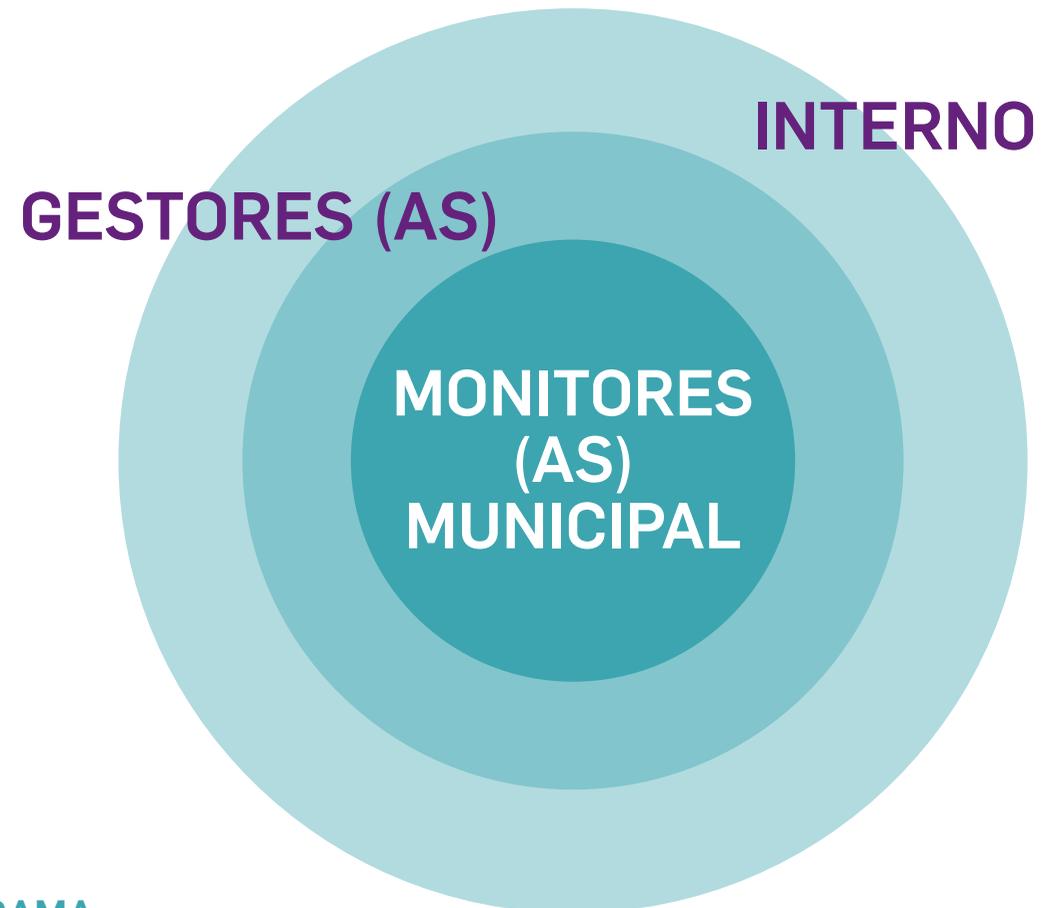
**EQUIPO
COLOMBIA**

**GESTORES (AS)
DEPARTAMENTAL**

INTERNO

(HEVS) ¿QUIÉNES LO COMPONEN?

**EQUIPO
COLOMBIA**



(HEVS) ¿QUIÉNES LO COMPONEN?



**USUARIAS
COMUNIDADES
OTROS ACTORES**

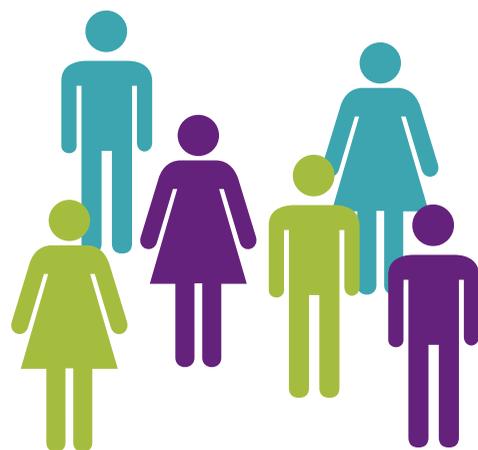
OBJETIVO

OBJETIVO

VER, ANALIZAR Y DESCRIBIR
¿CÓMO?

OBJETIVO

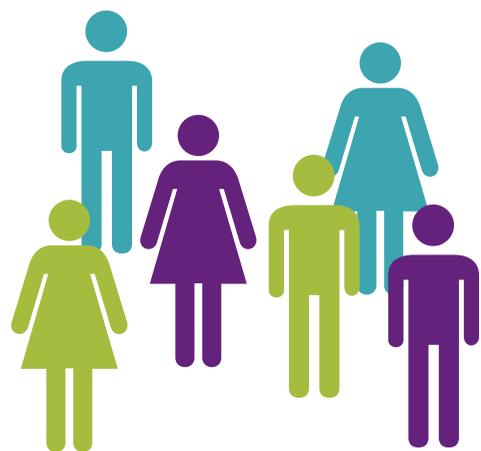
LAS PERSONAS



**PONEN EN PRÁCTICA
EL PROGRAMA**

OBJETIVO

LAS PERSONAS



**PONEN EN PRÁCTICA
EL PROGRAMA**



EL PROGRAMA



**TRANSFORMA A LAS
PERSONAS**



NUESTRO PROCESO

APROXIMACIÓN ETNOGRÁFICA



OBSERVAR, PARTICIPAR, ACOMPAÑAR, ENTREVISTAR, PREGUNTAR, RECONSTRUIR

VISITAS A CAMPO



VISITAS A CAMPO



DIVERSIDAD DE EXPERIENCIAS

REGIONES

HOMBRES Y MUJERES

TRAYECTORIAS DE GESTORES(AS)

TRAYECTORIAS DE GRUPOS

NÚMERO DE MUNICIPIOS

CLIMAS

DIVERSIDAD SOCIOCULTURAL

ACCESO

VISITAS A CAMPO



DIVERSIDAD DE EXPERIENCIAS

REGIONES

HOMBRES Y MUJERES

TRAYECTORIAS DE GESTORES(AS)

TRAYECTORIAS DE GRUPOS

NÚMERO DE MUNICIPIOS

CLIMAS

DIVERSIDAD SOCIOCULTURAL

ACCESO



VISITAS A CAMPO

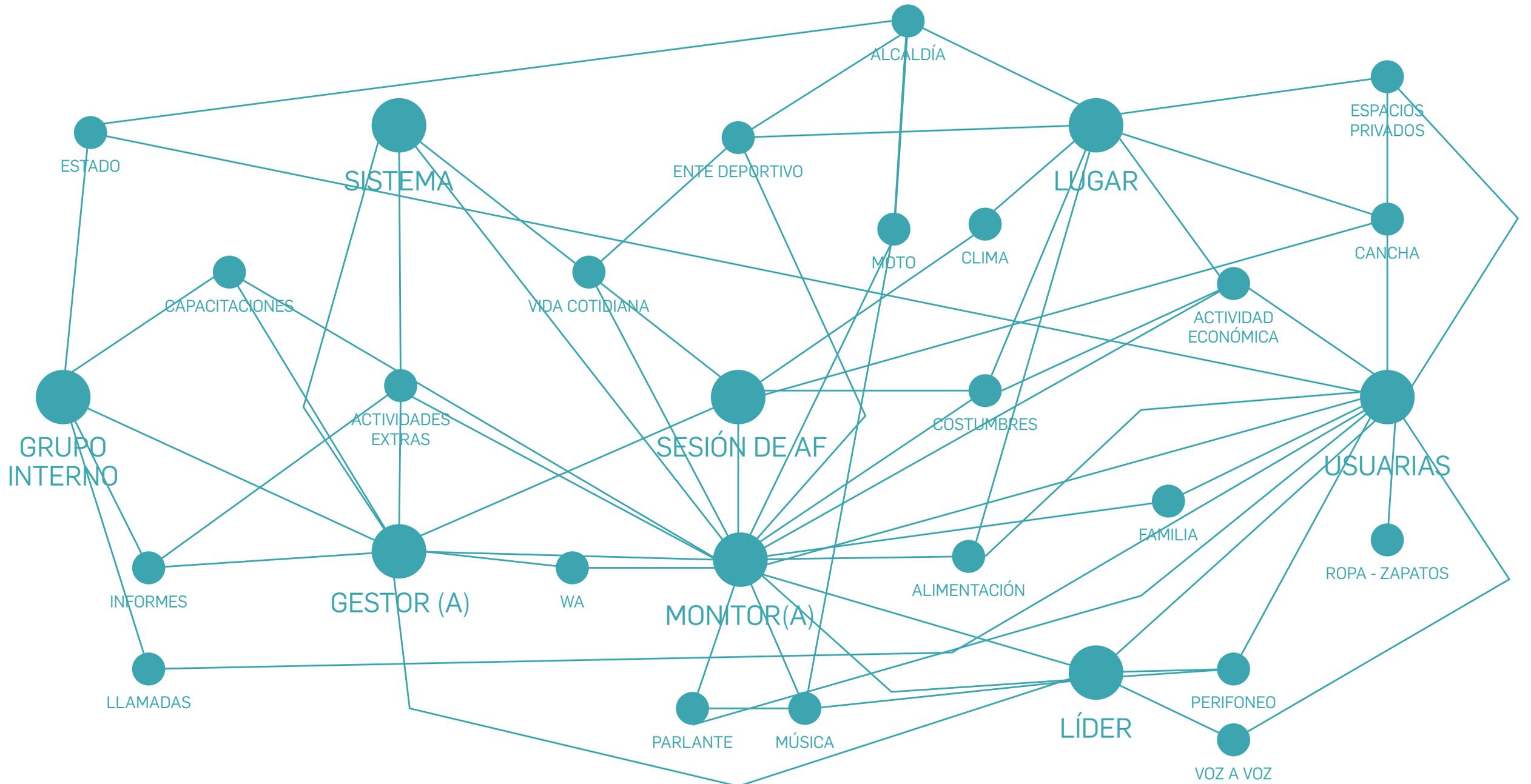


Diferentes tamaños,
capitales, corregimientos;
cabeceras y veredas;
economía artesanales,
agrarios, turísticos,
servicios; comunidades
indígenas; afectados por
situaciones de conflicto

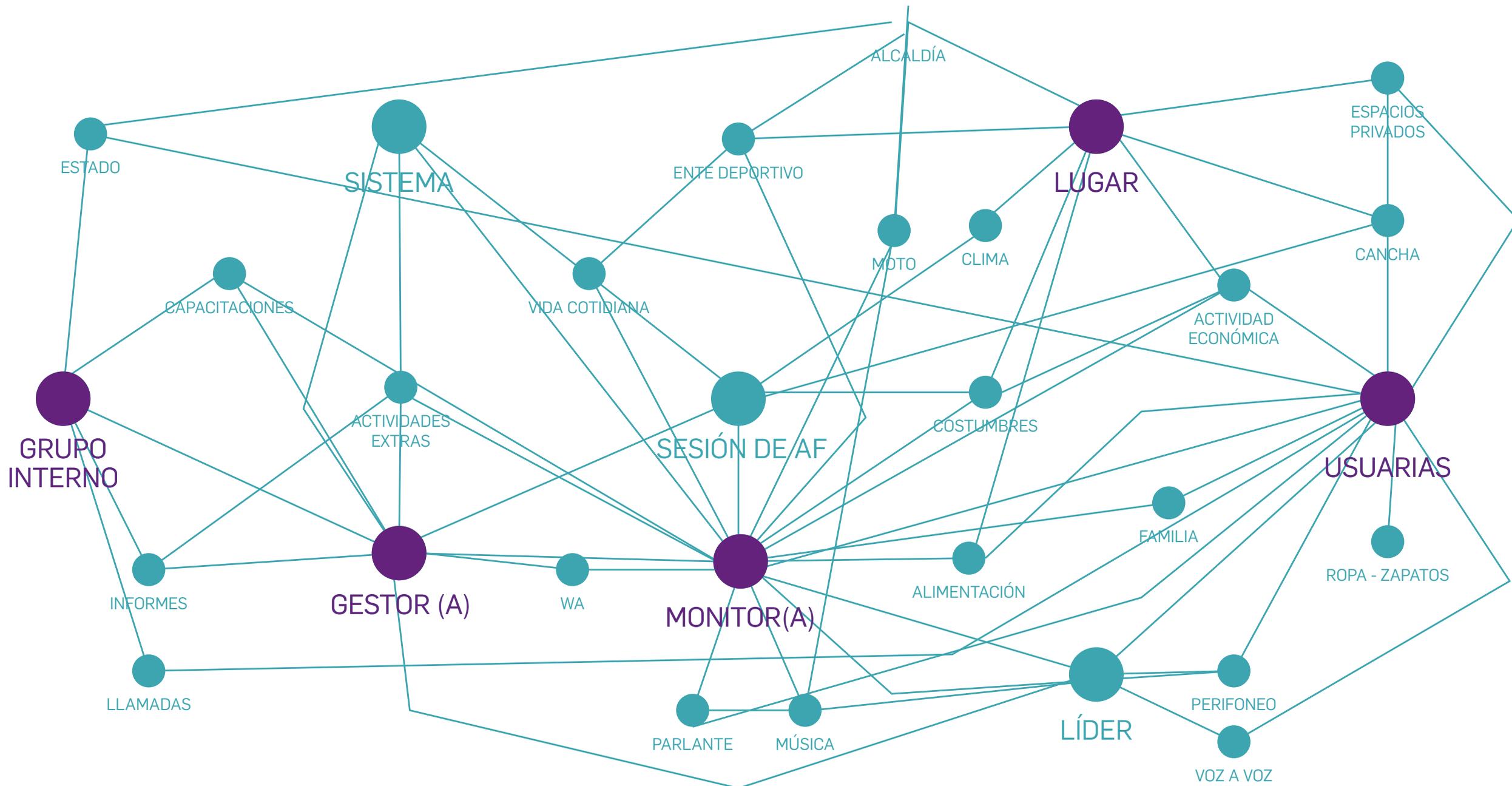
ACTORES QUE MUEVEN EL PROGRAMA

Un programa basado en relaciones

MAPA DE ACTORES



VIDAS E HISTORIAS HEVS - **ACTORES**



VIDAS E HISTORIAS HEVS - **ACTORES**





LOS LUGARES

VIDAS E HISTORIAS HEVS - LUGARES

**1) SITUAR ESPACIAL Y
CONTEXTUALMENTE**

2) GRAN DIVERSIDAD

**3) LOS LUGARES
MOLDEAN**

LOS LUGARES COMO ACTORES

MIDAS E HISTORIAS HEVS - LUGARES

4

DIMENSIONES

LOS LUGARES COMO ACTORES

4 DIMENSIONES

- GEOGRÁFICA
- HISTÓRICA Y POLÍTICA
- SOCIOCULTURAL
- FÍSICA/
INFRAESTRUCTURA

4 DIMENSIONES

- GEOGRÁFICA
- HISTÓRICA Y POLÍTICA
- SOCIOCULTURAL
- FÍSICA/
INFRAESTRUCTURA









LUGARES: DIMENSIÓN HISTÓRICA Y POLÍTICA



Los lugares tienen historia
-
Disputas por el territorio

La urbanización, ubicada a las afueras del municipio, en una zona que la gente identifica como peligrosa, se compone de 211 casas entregadas gratuitamente por el Ministerio de Vivienda a población desplazada y en condición de vulnerabilidad. Las familias viven allí desde hace menos de un año, y desde hace un par de meses disfrutan del Programa. Cada sesión se hace en una calle distinta de la urbanización, así todos se enteran y ven que es un Programa abierto en el que todos pueden participar. El líder comunitario dice que la estrategia de rotar las calles ha sido muy buena porque cada vez participan nuevas personas y se van creando lazos de vecindad, “la gente estaba muy prevenida de quiénes iban a ser sus vecinos, pero así se van conociendo y amistando”. (Diario de Campo).

LUGARES: DIMENSIÓN HISTÓRICA Y POLÍTICA



Dinámicas de la gestión pública

“El año pasado fue muy duro, no tenía apoyo de la alcaldía [...]. La gestora fue a hablar al municipio y dijo que si no había apoyo tendrían que quitar el programa [...] Como ya estaba terminando la administración, a los funcionarios no les interesaba apoyar nada porque ya no estarían el año siguiente. Uno espera hacer lo mejor pero si no hay apoyo de la alcaldía, tampoco la gente... Eso es visite de casa en casa, vaya a la alcaldía, insista” (Monitor)



LUGARES: DIMENSIÓN SOCIOCULTURAL



Trayectoria y uso de los espacios



“En estos momentos se está creando aquí un cierto roce en la cancha porque resulta que es una cancha que la han adecuado por lo del techado, le han colocado un tablero electrónico. Entonces, los que juegan baloncesto ya se creen dueños de la cancha. [...] Y entonces ellos a veces llegan a chocar. [...] yo les dije: --cualquier cosa que tengan, inquietud, problemas, diríjense a la Coordinación de Deportes. ¿Acaso esta cancha es de ustedes? Nosotros solamente venimos una hora y ustedes tienen el resto del día para jugar [...] Estos espacios son para que los compartamos, para que los vivencemos. Y así como ustedes tienen derecho, nosotros también tenemos el derecho. Esto es un espacio público y esto es del municipio” (Monitor)

LUGARES: DIMENSIÓN SOCIOCULTURAL



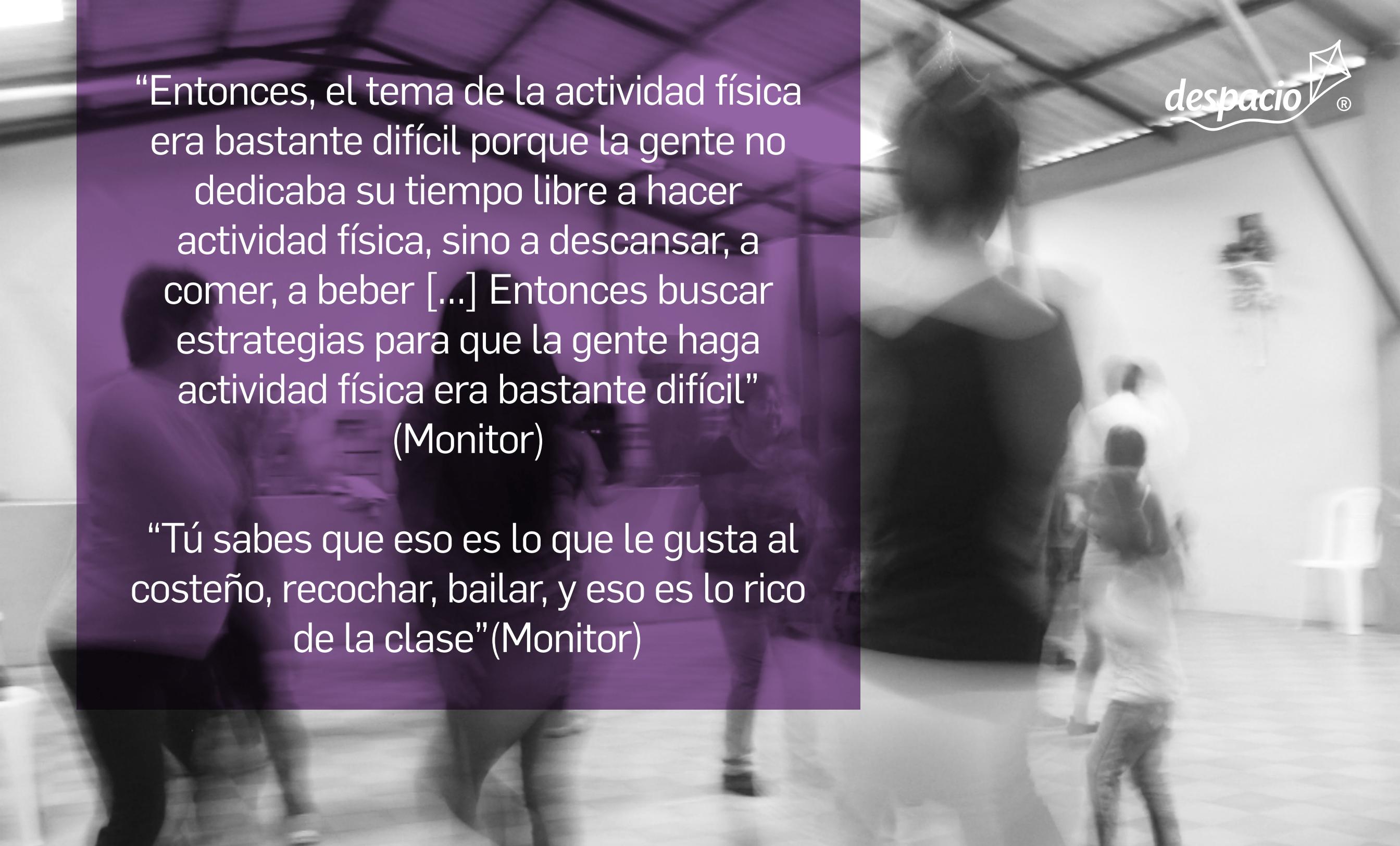
Actividades – ocupaciones

-

Relación con el espacio y el cuerpo

“Entonces, el tema de la actividad física era bastante difícil porque la gente no dedicaba su tiempo libre a hacer actividad física, sino a descansar, a comer, a beber [...] Entonces buscar estrategias para que la gente haga actividad física era bastante difícil”
(Monitor)

“Tú sabes que eso es lo que le gusta al costeño, recochar, bailar, y eso es lo rico de la clase” (Monitor)



LUGARES: DIMENSIÓN SOCIOCULTURAL



Lazos comunitarios



SERIES 2
FORTALECIMIENTO

DISFRACES



EQUIPO COLOMBIA

VIDAS E HISTORIAS HEVS - EQUIPO COLOMBIA

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

La historia de
las personas
influencia
cómo hacen
su trabajo

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

La historia de
las personas
influencia
cómo hacen
su trabajo



El
encuentro
con la
actividad
física

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

El camino
desde el
deporte y/o
la danza

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

**El camino
desde el
deporte y/o
la danza**

“Éramos personas que no teníamos como tal nada sino las danzas y nosotros no vivíamos de eso. Y se nos presenta esa oportunidad de tener algo fijo, así sea por unos meses. Entonces le metíamos el diente, se la metíamos toda. Entonces, trabajábamos duro.” (Monitor)

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

Desde
el otro
lado de
la tarima

EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

“Yo fui usuaria, yo fui alumna de muchos compañeros [...] Y pues quise meterme en ese campo y decía: yo quiero ir a que me capaciten porque yo quiero aprender. [...] Entonces, mi emoción era subirme a esa tarima, así me digan un día —“Súbase a la tarima un domingo”—, con eso estaba feliz. [...] Me cambió la vida la actividad física a mí, me la cambió pero radicalmente. Yo simplemente decía: No, ya me casé, ya tengo mis hijos, toca ser ama de casa, pero descubrí que había otro mundo y sentirme independiente y valerme por mí misma y que puedo colaborar. [...], porque me pagan por hacer lo que a mí me encanta” (Monitora)



EQUIPO COLOMBIA - ¿QUIÉNES SON?

Amor y
convicción

EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?



TÉCNICA



CORAZÓN



TEORÍA



LA TÉCNICA...





LA TÉCNICA...

[...] Dice que al principio estaba perdido, “no sabía qué era el beat”. En la carrera había aprendido los pasos como mambo, desplazamientos, paso en V, pero dice que allá no le enseñaron, por ejemplo, que la música se divide en tiempos: “Antes lo hacía pero no me importaba la música, si caía en el tiempo o no. Yo bailaba muy bien y no se me hacía difícil coger un paso, pero eso no es suficiente [...] Le dije a mi amigo que me enseñara [...] En el gimnasio él me ponía la música y me explicaba. — “Ponga música y póngase a contar, me decía” — [...] Por más de que yo ya sepa, tengo que estudiar y cada vez uno aprende algo nuevo” [...] (Diario de campo, conversación con monitor)



**PERO LA TÉCNICA
SIN CORAZÓN...**





PERO LA TÉCNICA SIN CORAZÓN...

“[en un gimnasio] la preocupación no es por el bienestar de la gente. En un gimnasio entre más difícil mejor, más les gusta. —“Sáqueles la leche”—, le dice a uno los jefes en el gimnasio, —“entre más perdidas estén las personas, mejor”— En cambio en el programa [...] se fija que todo el mundo esté bien y lo pueda hacer”. (Diario de campo, conversación con monitora)



RELACIONES QUE INSPIRAN

TOCAN VIDAS Y
MOTIVAN

INSPIRAN UN COMPROMISO
QUE TRASCIENDE
RESPONSABILIDADES

despacio 



VIDAS E HISTORIAS HEVS - EQUIPO COLOMBIA



RELACIONES QUE INSPIRAN

“Pero el programa es bonito”,
agrega. Pregunto qué es lo que lo
hace bonito y responde sin dudar:
“La gente. [...] Cuando uno está
metido en la clase no piensa en el
sueldo, ni en el trayecto [...], [ni
en] que le devuelven el informe”
(Diario de campo, conversación
con un monitor)



EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

**EL TRABAJO EN EQUIPO
SOSTIENE EL PROGRAMA**

EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

EL TRABAJO EN EQUIPO SOSTIENE EL PROGRAMA

Me dice con orgullo y alegría que su equipo es como una familia, de verdad se tienen cariño y se apoyan. Por ejemplo hay uno de ellos que es “un duro” en aeróbicos, es el que los ha pulido a todos. Hay otro que es “un duro” haciendo las pistas de música y se las comparte a todos.

(Diario de campo, Encuentro de Melgar, conversación con monitor)

EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

OTROS ESFUERZOS Y + RELACIONES



EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

“El trabajo de nosotros no termina en dar tres sesiones diarias o dos, porque aparte hay muchas cosas que hacer. Realizar los eventos masivos, uno no es decir los invito y listo. Uno tiene que hacer gestión, tiene que conseguir hidratación, tiene que conseguir una cantidad de cosas. Aparte hay que hacer los informes [...] Porque así me lo dicen acá —”Y si usted no hace nada, usted va y baila y ya se acuesta a dormir” —. ¡No! Nada de eso. Por lo menos si yo quiero cumplir, si yo quiero que aquí el municipio me colabore, yo tengo que colaborarles a ellos. [...] Siempre tenemos que estar ahí. [...] Y no es como la gente piensa que uno termina su sesión y a dormir” (Monitora)

EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

HEVS COMO UTOPIÍA

CONSTRUIR UN MEJOR MUNDO,
PAÍS, MUNICIPIO, BARRIO

EQUIPO COLOMBIA - ¿CÓMO LO HACEN?

En un municipio la gente de cierto estatus no se mezcla y he logrado mezclarla en 2 actividades: el 31 de octubre y para el ciclopaseo. No les dije que era para todo el mundo y fueron y la pasaron bien (Monitor)

En los grupos de la noche van personas que están todo el día trabajando, uno mira en las caras de las personas el cansancio, el estrés. Uno les dice, 'van a pasarla chévere'. Es un cambio de mentalidad y de ambiente. Les digo al final: 'Salude gente nueva todos los días, cuando vaya por la calle sonría. Es como cambiar de mentalidad. Sonría'. (Monitor)



USUARIAS Y COMUNIDADES

VIDAS E HISTORIAS HEVS - USUARIAS

USUARIAS - ¿QUIÉNES SON?





MUJERES

USUARIAS - ¿QUIÉNES SON?



MUJERES

- Cuidado del hogar y de los demás
- Trabajo informal
- Labores del campo
- Labores artesanales
- Líderes

USUARIAS - ¿QUIÉNES SON?



MUJERES

“Siempre trabajé la arcilla. Cuando estaba joven, niña, hacía era materas en molde de yeso. Entonces, ya después, seguí trabajando la miniatura. [...] y pues de tanto tallar y de tanto manipular, mantener la mano cerrada, cogí un dolor acá [señala su mano] [...] Hacía mucho tiempo no hacía ejercicio. [...] Por el trabajo y la pereza que uno tiene... como yo me dediqué total a mis hijas y uno nunca saca tiempo para uno sino todo es las hijas, la casa, el trabajo” (Usuaría)

¿CÓMO LLEGAN A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y AL PROGRAMA?

¿CÓMO LLEGAN A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y AL PROGRAMA?

Problemas
de salud

Recomen-
dación
medica

¿CÓMO LLEGAN A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y AL PROGRAMA?

Problemas
de salud

Recomen-
dación
medica

Alejarse
del
estrés

Distracción
Diversión

¿CÓMO LLEGAN A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y AL PROGRAMA?

Problemas de salud

Recomen-
dación
medica

Alejarse
del
estrés

Motivadas
por otras

Distracción
Diversión

Organiza-
ciones
comunitarias

¿CÓMO LLEGAN A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y AL PROGRAMA?



VIDAS E HISTORIAS HEVS - USUARIAS

¿CÓMO LLEGAN A LA ACTIVIDAD FÍSICA Y AL PROGRAMA?

Doña Elsa dice: “Porque somos perezosos para salir a caminar. Yo a veces me levanto y digo: no pude dormir, tengo sueño. Entonces se queda uno en la cama y no salimos. [...] El año pasado salíamos a caminar [...] Pero este año no habíamos salido. Uno de mujer sola, no faltan los viciosos que se colocan en el polideportivo [...] Y anota María, la hija: “Esos son los espacios que uno debe aprovechar [...] A mí me gustan los aeróbicos pero si se terminan, yo salir a caminar sola, nooo me da pereza”. (Familia de madre e hija hablando acerca del programa)

¿QUÉ IMPLICA PARTICIPAR?

¿QUÉ IMPLICA PARTICIPAR?

**AJUSTAR RELACIONES Y
OCUPACIONES**

=

**CAMBIOS DE RUTINA
APOYO DE OTROS**

¿QUÉ IMPLICA PARTICIPAR?

“Pues yo lo pongo [el despertador] faltando 5 para las cinco porque tengo que adelantarle algo del desayuno [al esposo] o hacerle el tinto, dejárselo hecho. Porque gracias a Dios él [el esposo] me apoya para que yo vaya al deporte. Porque también he escuchado eso que hay señoras que dicen: —“Ay, es que mi esposo dice que no, que a qué voy por allá”— [...] Él me colabora también en el sentido que dice —“no se pare tan temprano y yo hago el desayuno” — Para que no madrugue yo tanto” (Usuaría)

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

**ASPECTO
FÍSICO**

**ASPECTO
EMOCIONAL**

**ASPECTO
COMUNITARIO**

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

ASPECTO
FÍSICO



CAMBIOS EN LA SALUD FÍSICA

- Disminución del dolor
- Reducción de peso
- Aumento de energía
- Cambios en la alimentación

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

**ASPECTO
EMOCIONAL**



- Cambio en la actitud - diversión
- Consciencia de ellas mismas

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

ASPECTO EMOCIONAL

“...el trabajo mío es en máquina de coser, estoy todo el día sentada y este es mi horario de escape, de recreo, uno es sedentario en la casa y esto es muy bueno para la salud, [...] yo me vengo caminando desde mi casa que es como a media hora y el paseo caminando lo disfruto mucho” (Usuaría)

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

ASPECTO EMOCIONAL

“[...] una vecina me dijo —“Vamos que esto es chévere”—. Yo ni siquiera había escuchado, sino que ella dijo —“ Venga, vamos, esto es chévere, uno se desestresa, se le va el aburrimiento, es chévere. Yo me siento bien cuando voy allá”—, y es cierto. Yo así invito también a vecinas, a amigas, les digo: “Vamos que esto es chévere”, no sólo por bajar de peso, no, no es eso, sino que es para desestresarse. [...] esto como que lo vitaliza. Como que lo activa. Por lo menos yo soy dormilona, pero ya madrugo. [...] Eso lo ayuda a uno. Y muchas allá dicen: — “¡No! ¡Eso lo anima! Eso lo alegra”—, eso es una cosa muy bonita. Creo que la mayoría de gente lo vive. Eso es muy bonito” (Usuaría)

USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

**ASPECTO
COMUNITARIO**

- Fortalecimiento de lazos
- Pensar en colectivo
- Cambio en la mentalidad
- Oportunidades de rebusque



USUARIAS - ¿QUÉ LAS MUEVE?

“[...] Por ejemplo, en la sesión donde nosotras somos usuarias, yo vivo hace 20 años en ese barrio. [...] y yo así como que con los del barrio no tengo como esa comunicación. No es porque uno sea grosero o tenga rencor [...] ¡Nada de eso! Simplemente falta de tiempo. Y uno llega allá y ya uno se conoce con el otro. Y esa alegría de estar saludando a la gente. Como esos cinco minuticos antes, previos a la sesión, en los que uno se sienta, — “¿Cómo estás? ¿Cómo te ha ido?” — se comentan cosas. Ya empiezan a crearse lazos de familia y a romperse barreras que de pronto hay entre barrios” (Usuarias)



**ASPECTO
COMUNITARIO**



¿QUÉ HACEN POR EL PROGRAMA?

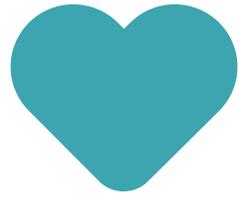


¿QUÉ HACEN POR EL PROGRAMA?

LOGÍSTICA

**RELACIONES
DE CUIDADO**

CONVOCATORIA



¿QUÉ HACEN POR EL PROGRAMA?

RELACIONES DE CUIDADO CON LOS MONITORES

[ella] se ríen recordando que lo recogían [al monitor] en la moto para ayudarle con la cabina [bafle o parlante], que a dónde fuera iban por él, y hasta los maridos las celaban con él, “nos molestaban por perseguir a todo lado al profe”
(Diario de campo, conversación con usuarias)



¿QUÉ HACEN POR EL PROGRAMA?

RELACIONES DE CUIDADO CON LOS MONITORES

“A veces acompañamos al profesor, como él carga su equipo, que de pronto no vaya a pasar algún malandro y se lo vaya a quitar” (Usuaría)



¿QUÉ HACEN POR EL PROGRAMA?

RELACIONES DE CUIDADO CON LOS MONITORES

El monitor nos dice que él se ha apersonado junto con otro señor de convocar a la gente para que el grupo se mantenga. También consiguen patrocinios para los eventos masivos con las empresas. Nos presenta también a Doña C., presidenta de la junta de acción comunal, quien le ayuda a transmitir el mensaje sobre el programa. (Diario de campo)

REFLEXIONES

- UN PROGRAMA QUE TOCA VIDAS EN MÚLTIPLES DIMENSIONES
- UN ÚNICO PROGRAMA QUE ES VARIOS A LA VEZ
- EL PROGRAMA SE SOSTIENE EN UN ENTRAMADO DE RELACIONES
- EL PROGRAMA SE SOSTIENE EN PEQUEÑAS GRANDES ACCIONES COTIDIANAS
- TRABAJO COMPROMETIDO CON CORAZÓN, TEORÍA Y TÉCNICA
- LAS USUARIAS COMO MOTOR
- PERTINENCIA DE UNA MIRADA ETNOGRÁFICA

¡GRACIAS!



EQUIPO COLOMBIA EN MELGAR DICIEMBRE 2015
GRUPO INTERNO COLDEPORTES

EQUIPOS DE:

BOGOTÁ

BOYACÁ

GUAINÍA

HUILA

NARIÑO

PASTO

PEREIRA

QUINDÍO

SUCRE

USUARIAS

VICTORIA TOVAR (ETNÓGRAFA EN FASE 1)



**GRACIAS A
TODOS**