

Tesis Doctoral 2015

M^a Teresa Leruite Cabrera

CONTEXTO GENERAL DE ENTRENAMIENTO
Y COMPETICIÓN DE LAS CICLISTAS Y
TRIATLETAS FEDERADAS EN ESPAÑA



ugr

Universidad
de Granada



FACULTAD DE
CIENCIAS DEL DEPORTE

Universidad de Granada

TESIS DOCTORAL

Departamento de Educación Física y Deportiva
Facultad de Ciencias del Deporte

**CONTEXTO GENERAL DE ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN DE LAS
CICLISTAS Y TRIATLETAS FEDERADAS EN ESPAÑA**

Universidad de Granada



M^a Teresa Leruite Cabrera
(2015)

Editor: Universidad de Granada.Tesis Doctorales
Autora: María Teresa Leruite Cabrera
ISBN: 978-84-9125-236-8
URI: <http://hdl.handle.net/10481/40941>

A mi madre y a Pepe,
otra vez, y nunca serán bastantes

“Soy mujer.
Y un entrañable calor me abriga
cuando el mundo me golpea.
Es el calor de las otras mujeres,
de aquellas que no conocí,
pero que forjaron un suelo común,
de aquellas que amé aunque no
me amaron,
de aquellas que hicieron de la vida
este rincón sensible, luchador,
de piel suave y tierno corazón guerrero”
(Alejandra Pizarnik)



Prof. Dr. Mikel Zabala Díaz
Profesor de Universidad

Departamento de Educación Física y Deportiva
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Granada

MIKEL ZABALA DÍAZ, profesor de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada

CERTIFICA:

Que la Tesis Doctoral titulada: “Contexto general de entrenamiento y competición de las ciclistas y triatletas federadas en España” que presenta Dña. M^a Teresa Leruite Cabrera ha sido realizada bajo mi dirección, habiendo concluido y reuniendo a mi juicio las condiciones de originalidad y rigor científicas requeridas, autorizo su presentación y defensa ante el Tribunal que designe la Universidad de Granada.

Fdo. Mikel Zabala Díaz
Granada, a 24 de Marzo de 2015

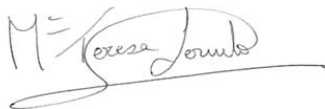
La doctoranda M^a TERESA LERUITE CABRERA y el director de la tesis MIKEL ZABALA DIAZ, garantizamos, al firmar esta tesis doctoral, que el trabajo ha sido realizado por el doctorando bajo la dirección del director de la tesis y hasta donde nuestro conocimiento alcanza, en la realización del trabajo, se han respetado los derechos de otros autores a ser citados, cuando se han utilizado sus resultados o publicaciones.

Granada, a 24 de Marzo de 2015

Director de la Tesis
MIKEL ZABALA DIAZ
Fdo.:

Handwritten signature of Mikel Zabala Diaz in black ink, written in a cursive style.

Doctoranda
M^a TERESA LERUITE CABRERA
Fdo.:

Handwritten signature of M^a Teresa Leruite Cabrera in black ink, written in a cursive style.



Departamento de Educación Física y Deportiva
Facultad de Ciencias del Deporte
Universidad de Granada

Título de la tesis

Contexto general de entrenamiento y competición de las ciclistas y triatletas federadas en España

Doctoranda

D^a. M^a Teresa Leruite Cabrera

Director de Tesis

Dr. D. Mikel Zabala Díaz (Universidad de Granada)

Miembros del Tribunal

Dra. D^a. Benilde Vázquez (Universidad Politécnica de Madrid)

Dra. D^a. Raquel Escobar (Universidad de Granada)

Dra. D^a. M^a José Camacho (Universidad Complutense de Madrid)

Dr. D. Antonio Jesús Casimiro (Universidad de Almería)

Dr. D. Pablo Tercedor (Universidad de Granada)

CONTENIDOS

Resumen (página 13)

Motivación del estudio (página 15)

Introducción (página 17)

Objetivos (página 19)

Bibliografía (página 21)

Material, Método, Resultados y Discusión (página 23)

Estudio I: Leruite, M., Martos, P., & Zabala, M. (2015). Análisis del deporte femenino español de competición desde la perspectiva de protagonistas clave. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física Deporte y Recreación*, 28, 3-8. (página 25)

Estudio II: Leruite, M., Morente-Sánchez, J., Martos, P., Girela, M.J., & Zabala, M. (2014). Analysis of the sporting context of Spanish female competitive cyclists and triathletes. *Internacional Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport. (Aceptado)*. (página 33)

Estudio III: Leruite, M., Martos, P., & Zabala., M. (2014). Historia del ciclismo femenino español de competición. *Revista Actividad Física y Desarrollo Humano*, 6, 1-9. (página 51)

Estudio IV: Leruite, M. (2014). Analysis of gender policies of the Spanish cycling and triathlon federations from the point of view of representative athletes and expert technicians. *Journal of Science and Cycling*, 3 (3), 34-43. (página 63)

Estudio V: Leruite, M. & Zabala, M. (2015). Perfil psicosocial de los entrenadores de las ciclistas y triatletas españolas. (Sometido). (página 75)

Estudio VI: Leruite, M., Molina, J.J.M., & Zabala, M. (2015). Contexto de entrenamiento y nutrición de las ciclistas y triatletas españolas. (Sometido). (página 93)

Conclusiones de la tesis (página 113)

Resumen de los principales resultados y sugerencias (página 115)

Anexos (página 117)

Agradecimientos (página 203)

RESUMEN

Los datos estadísticos en España actualmente infieren que la práctica deportiva competitiva de la mujer sigue siendo inferior a la del hombre. La mujer deportista tiene que luchar contra barreras como son: su invisibilidad en los medios de comunicación, inexistencia de incentivos económicos para que las empresas inviertan en deporte femenino, menor espectáculo que suponen sus competiciones y la discriminación por razón de género a la que se ven sometidas. A ello se une la escasa proliferación y difusión de estudios científicos de todas las áreas en Ciencias de la Actividad Física y Deporte centrados en la deportista como sujeto deportivo.

El principal objetivo de la presente Tesis Doctoral fue conocer el contexto sociocultural de la deportista española en el deporte de competición y más concretamente de las ciclistas y triatletas españolas, atendiendo para ello a elementos que influyen en su sistema deportivo y que confieren su modo de relacionarse con el deporte, para posteriormente adoptar líneas de actuación que ayuden a mejorar su situación en el deporte de competición.

Esta Tesis Doctoral está compuesta por una compilación de estudios que tratan de conseguir abordar el mencionado objetivo desde distintas perspectivas. En primer lugar, se recopiló información de la deportista española, más concretamente de la ciclista y triatleta española mediante el análisis crítico de la literatura científica, fuentes documentales (reglamentos y estatutos federativos), marcos normativos a nivel internacional y nacional sobre perspectiva de género en el deporte y estadísticas del Consejo Superior de Deportes; para posteriormente crear un marco teórico desde el cual establecer diferentes líneas de investigación. Se utilizaron como instrumentos de medida entrevistas semiestructuradas ajustadas a los participantes y dos cuestionarios adaptados específicamente a los objetivos del estudio.

Los principales resultados de esta Tesis Doctoral ponen de manifiesto que:

a) El modelo deportivo español precisa de un amplio debate y reflexión que ponga en cuestión muchos de los elementos esenciales que tienen que ver con el desarrollo de la deportista en el deporte español de competición, incidiendo en una mejora de las políticas de género por parte de todos y cada uno de los organismos deportivos intervencionistas en materia deportiva.

b) El perfil sociodeportivo de las ciclistas y triatletas españolas pone de manifiesto que el comportamiento deportivo, motivaciones, agentes socializadores, opiniones y problemas que manifiestan las ciclistas son prácticamente análogos a las que manifiestan las triatletas españolas con la salvedad de que éstas últimas no perciben un trato tan discriminatorio respecto a sus compañeros triatletas.

c) La evolución de la ciclista española en el ciclismo español de competición ha estado vetada tanto por las limitaciones médico-morales de principios del siglo XIX como por la irrupción de la dictadura del régimen franquista. No obstante, a pesar de la eclosión del deporte femenino en la transición demográfica y las grandes proezas cosechadas por muchas ciclistas españolas, las ciclistas tienen que enfrentarse actualmente a situaciones de desigualdad y discriminación machista que imposibilitan su práctica deportiva en equidad con los ciclistas.

d) Mientras que la política federativa de la Real Federación Española de ciclismo (RFEC) muestra un trato discriminatorio a las ciclistas siendo la evolución del ciclismo femenino en España muy lenta en comparación con otros países, la política federativa de la Federación Española de Triatlón (FETRI) ha incidido desde el principio en la igualdad entre géneros, tratando por igual a las mujeres triatletas que a sus homólogos varones.

e) El binomio entrenador-ciclista/triatleta es muy bueno, confiriendo ambos grupos de deportistas mucha importancia tanto a la confianza con su entrenador como a aspectos fundamentales como los conocimientos de entrenamiento y capacidad para motivar y animar. Existen diferencias estadísticamente significativas en el nivel de estudios de entrenadores de las ciclistas y de las triatletas, refiriendo los entrenadores de triatlón un nivel académico alto y específico de la profesión que ejercen en contraposición con los entrenadores de las ciclistas. Así mismo, la reproducción de patrones de entrenamiento dirigidos a hombres obvia aspectos fundamentales en el entrenamiento de las deportistas como sus características biológicas que pueden mermar su capacidad competitiva.

f) Tras el análisis del contexto de entrenamiento y competición de las ciclistas y triatletas españolas podemos concluir que el ambiente deportivo en el que se desenvuelven las deportistas es bueno, aunque su nivel de entrenamiento y competición no se corresponde con un "nivel aficionado" lo que se debe principalmente al modelo organizativo de contraprestaciones que hacen que prioricen su participación lúdica a la competitiva al no poder dedicarse de forma profesional a su actividad deportiva. Los resultados negativos que arroja esta investigación sobre posibles casos de anorexia y bulimia nerviosa sacan a la luz que es necesario que las ciclistas y triatletas lleven un entrenamiento estructurado y guiado por su entrenador cualificado con una formación más específica del entrenamiento orientado a la mujer deportista donde se tengan en cuenta variables fisiológicas, psicológicas y nutricionales que influyan en el rendimiento de las ciclistas y las triatletas.

MOTIVACIÓN DEL ESTUDIO

Las razones que me impulsaron a iniciar este estudio son diversas. Desde que era pequeña he sido deportista, compitiendo en diversas disciplinas deportivas como Karate, atletismo y natación. Con 18 años me fui a estudiar Ciencias del Deporte a Granada, la carrera que siempre había querido estudiar desde pequeña para dedicarme a lo que era y sigue siendo mi pasión: el deporte. Durante mi estancia en la facultad cursé la asignatura de ciclismo bajo la dirección del que ahora es mi director de tesis, el Dr. Mikel Zabala, despertándose en mí el interés por este deporte a la vez muy exigente pero muy gratificante personalmente.

Me adentré más en descubrir las peculiaridades del ciclismo cursando el "Curso de Director Nacional de Ciclismo", donde pude descubrir por primera vez las desigualdades de género imperantes en este deporte, en el que prácticamente todos mis compañeros de curso eran hombres, generalmente ex-ciclistas profesionales, los contenidos estaban orientados por y para ellos principalmente, el nivel cultural y preparación de los entrenadores y directores distaba mucho de ser una preparación actualizada a las nuevas demandas del entrenamiento deportivo y existía una clara infravaloración de la mujer ciclista. A su vez yo competía en triatlón, un deporte mucho más moderno y donde no había discriminación por razón de género en cuanto a premios o situación competitiva de la mujer se refería (no sin obviar las discriminaciones sutiles a las que toda mujer deportista a mi juicio se ve sometida). Sin embargo, mi sensación era que el ciclismo era diferente, fue creado y diseñado para hombres y parecía una situación inamovible. Cuando decidí realizar la tesis doctoral mi director de tesis y yo pensamos la temática del estudio. En un principio íbamos a estudiar la fisiología de la mujer ciclista pero nos pareció mucho más útil e interesante adentrarnos en la situación social de la mujer en el ciclismo para intentar mejorar la situación de su contexto deportivo. Para ello nos hicimos los siguientes interrogantes ¿de qué condiciones partía la mujer ciclista? ¿cuál había sido su evolución dentro del ciclismo? ¿qué relación existía entre la RFEC, las federaciones territoriales de ciclismo y las ciclistas? ¿por qué a priori existía tanta desigualdad entre el ciclismo y el triatlón a pesar de compartir aspectos comunes como el uso de la bicicleta y ser un deporte individual?.

Éstos y otros muchos interrogantes se nos plantearon para posteriormente establecer las hipótesis de estudio que se muestran en el desarrollo de la siguiente tesis doctoral. En el proceso de recopilación de datos sobre la situación social de la ciclista acudí dos veces como ponente a jornadas organizadas por la Comisión de Ciclismo Femenino de la RFEC a Madrid, explicando las primeras conclusiones del estudio y hablando con personal directivo de la RFEC, entrenadores, padres y ciclistas para que me dieran a conocer su punto de vista del contexto de la

ciclista en la competición deportiva. La situación era desoladora, desigualdad de premios en comparación con los ciclistas, inferioridad de categorías competitivas, precarias condiciones laborales de las ciclistas competitivas, insuficiencia de carreras y pésima organización de las mismas y desaparición de equipos femeninos a nivel competitivo internacional. Posteriormente, a través de entrevistas marcamos como referencia el marco contextual de la deportista española en el deporte de competición para posteriormente profundizar en el contexto social de las ciclistas y triatletas españolas. Estudiamos el microsistema deportivo de las deportistas teniendo en cuenta factores como: aspectos de entrenamiento, aspectos nutricionales, actitudes frente al dopaje, condiciones sociopolíticas y relación entre las ciclistas y triatletas con el sistema federativo. Finalmente, tras la transcripción de horas y horas de entrevistas, y análisis de los cuestionarios, pudimos llegar a la conclusión de que existían diferencias significativas entre el ciclismo y el triatlón español.

El ciclismo español de competición en general sigue anquilosado en el pasado, con los mismos sistemas y referentes de antaño y las ciclistas sufren situaciones de discriminación en cada una de las competiciones en las que participan, hasta tal punto de que a finales del pasado año 2014 ha surgido una nueva iniciativa propuesta por las propias ciclistas para pedir la igualdad en este deporte. Con este estudio hemos pretendido aportar un nuevo conocimiento científico al estudio de la mujer deportista, mostrar la situación actual de la ciclista y triatleta española y centrar líneas de actuación que puedan mejorar la situación de las ciclistas y triatletas en el sistema deportivo actual de competición. Nuestro objetivo pretende ser más ambicioso aún si cabe notificando a la RFEC y a su organismo internacional la Unión Ciclista Internacional (UCI) para que tome medidas al respecto sobre los resultados acontecidos en la presente tesis doctoral y que finalmente se vaya normalizando la situación de las ciclistas, pudiendo competir con las máximas garantías y en igualdad de condiciones que sus homólogos varones.

INTRODUCCIÓN

"Permitirme que os diga lo que pienso sobre la bicicleta. Pienso que ha hecho más por emancipar a la mujer que cualquier cosa en el mundo. Me paro y me alegra cada vez que veo a una mujer sobre ruedas", esta frase pronunciada por la sufragista estadounidense Susan B. Anthony en 1896, líder del movimiento de los derechos civiles, alentaba sobre la revolución que el velocípedo aconteció para la vida de las mujeres a finales del siglo XIX.

La irrupción de la bicicleta supuso un símbolo de emancipación socio-política, no sólo como un nuevo instrumento que permitía un tipo de ocio recreativo sino también una mayor autonomía, ruptura con los estereotipos hegemónicos de la época y la libre movilidad de la mujer hasta entonces muy limitada a los espacios asignados según su estrato social **(Estudio II, III)**.

Sin embargo, el progreso de la mujer española en el deporte en todas las esferas ha sido muy lento desde sus inicios a finales del siglo XIX hasta la actualidad en comparación con los hombres, debido principalmente a los condicionamientos médico morales y prejuicios machistas que desaconsejaban su práctica deportiva por considerarla masculinizante y alejada de los ideales de feminidad de la época. Fue a partir de 1975 en la transición demográfica, cuando junto con la incorporación de la mujer a ámbitos sociales como el trabajo, la educación, la política y la nueva Ley de 13/1980, de 31 de marzo, General de la Cultura Física y del Deporte, de 1980 que propiciaba el debate social sobre el rol de la mujer en el deporte, se produjo la irrupción de la mujer española en el deporte. Las deportistas españolas se consolidaron en el olimpismo en los Juegos Olímpicos de Barcelona, con 141 mujeres que representaron el 29,7% de los atletas españoles, consiguiendo las primeras medallas de oro femeninas (hockey, judo, vela y gimnasia) para el deporte español y un 11º puesto en el medallero femenino de potencias mundiales. Posteriormente en los Juegos Olímpicos de Londres de 2011, las mujeres superaron por primera vez a los deportistas españoles en el medallero consiguiendo 11 medallas para la delegación española, siendo bautizados en España los Juegos Olímpicos de Londres como los "Juegos de las Mujeres" **(Estudio I)**.

Sin embargo, a tenor de los resultados de la presente tesis doctoral se puede comprobar que a pesar de la incursión abrumadora de la deportista española en el panorama deportivo, de los nuevos marcos normativos en igualdad de trato y sin discriminación en el deporte, las políticas deportivas con perspectiva de género llevadas a cabo por el Consejo Superior de Deportes y las federaciones deportivas españolas, las mujeres siguen estando infrarrepresentadas en el deporte no alcanzando aún la cuota mínima establecida por el Comité Olímpico Internacional del 20% de mujeres para puestos directivos en los organismos deportivos españoles.

Tabla 1. Miembros en órganos de gobierno de las federaciones deportivas españolas (Adaptado del CSD, 2013)

Miembros en órganos de gobierno 2014				
	Hombres	Mujeres	Totales	%Mujeres
Asambleas generales	4055	501	4556	11%
Comisiones delegadas	642	76	718	10.6%
Juntas directivas	801	112	913	12.3%
Comités técnicos de árbitros y jueces	1130	358	1488	24%
Miembros en otros comités	1690	341	2031	16.8%
TOTAL ÓRGANOS DE GOBIERNO	8318	1388	9706	14.3%

Asimismo, el número de mujeres que participan en el deporte de competición sigue siendo muy inferior al de los hombres, 712.027 (20.9%) licencias federativas femeninas vs 2.682.608 (79%) masculinas, y las deportistas siguen infravaloradas en los medios de comunicación social, viéndose sometidas a tratos vejatorios por razón de género en su ámbito deportivo. **(Estudios I, II, III, IV).**

Si nos detenemos en el estudio del ciclismo y triatlón femenino podemos observar que el comportamiento deportivo, motivaciones, agentes socializadores, opiniones y problemas que manifiestan las ciclistas son prácticamente análogos a las que manifiestan las triatletas españolas con la salvedad de que éstas últimas no perciben un trato tan discriminatorio respecto a sus compañeros triatletas **(Estudio I)**. Tal y como se muestra en el **(Estudio III)** la RFEC muestra un trato discriminatorio a las ciclistas en su gestión federativa (inferioridad en la cuantía económica de premios de las ciclistas, nula presencia de la mujer en los puestos directivos, precarias condiciones laborales de las ciclistas en los equipos españoles UCI, condiciones de desigualdad entre los géneros en la organización de competiciones...) siendo la FETRI más proclive a la igualdad entre géneros. El estudio del microsistema deportivo de las ciclistas y triatletas concluye en líneas generales que ambos grupos de deportistas muestran una relación con sus entrenadores y entorno deportivo muy satisfactoria **(Estudio V)**, aunque sería fundamental la formación de los entrenadores en aspectos de entrenamiento específicos de la mujer deportista para frenar consecuencias adversas sobre la salud como la triada de la mujer deportista, que lleva a muchas deportistas a afrontar casos de anorexia y bulimia **(Estudio VI)**.

A partir de la presente tesis doctoral creemos que es necesario por parte de los organismos deportivos competentes intervenir de forma más eficiente en las políticas deportivas con perspectiva de género para paliar muchas de las desigualdades que sufren las deportistas en su entorno deportivo, cambiando el modus operandi de las federaciones e impulsando de forma más contundente el deporte femenino.

OBJETIVOS

Objetivo general: el principal objetivo de la presente Tesis Doctoral fue conocer el contexto deportivo de la deportista española en el deporte de competición y más concretamente de las ciclistas y triatletas españolas, atendiendo para ello a elementos que influyen en su sistema deportivo y que confieren su modo de relacionarse con el deporte, para posteriormente adoptar líneas de actuación que ayuden a mejorar su situación en el deporte de competición.

Objetivos específicos:

Objetivo 1: analizar la situación de la deportista española en el deporte de competición atendiendo para ello a elementos que influyen en su microsistema deportivo: el marco normativo en igualdad de trato y sin discriminación en el deporte, las políticas deportivas con perspectiva de género llevadas a cabo por el Consejo Superior de Deportes y las federaciones deportivas, la discriminación por razón de género y violencia machista, los medios de comunicación social y el lenguaje sexista. Establecer guías o pautas de actuación para mejorar la situación de las ciclistas y triatletas españolas. **Estudio I**

Objetivo 2: conocer y comparar las características psicosociales de las ciclistas y triatletas federadas españolas estableciendo unas pautas de actuación que mejoren su situación en el deporte de competición. **Estudio II.**

Objetivo 3: conocer la historia del ciclismo español de competición para examinar en profundidad la trayectoria deportiva de las ciclistas desde sus inicios en el ciclismo hasta la actualidad teniendo presente sus logros deportivos y barreras a las que han tenido y tienen que hacer frente. **Estudio III.**

Objetivo 4: conocer y contrastar la opinión de las ciclistas y triatletas españolas sobre su entorno deportivo con la opinión del personal vinculado a la RFEC y FETRI sobre la aplicación de las políticas con perspectiva de género. Establecer guías o pautas de actuación para mejorar la situación de las ciclistas y triatletas españolas. **Estudio IV.**

Objetivo 5: determinar el perfil psicosocial de los entrenadores de ciclismo y triatlón así como la relación profesional y la valoración que hacen las deportistas de las cualidades atribuibles a sus entrenadores. **Estudio V.**

Objetivo 6: conocer el entorno próximo de las deportistas teniendo en cuenta sus características de entrenamiento, conductas alimenticias y posibles trastornos alimenticios. **Estudio VI.**

BIBLIOGRAFÍA

Alfaro, E., Vázquez, B., Gallardo, J., & Ferro, S. (2012). Mujeres en puestos de responsabilidad dentro de las organizaciones públicas deportivas de la comunidad de Madrid. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15, 40-53.

Alfaro, E., Bengoechea, M., & Vázquez, B. (2010). *Hablamos de deporte: en femenino y en masculino*. Madrid: Instituto de la Mujer (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad).

Bertalanffy, L. V. (1968). *General System Theory. Foundations, Development, Applications*. New York: George Braziller.

Conesa, JM. (1977). Las mujeres ya pueden competir El País, 13 de abril de 1977. Url: http://elpais.com/diario/1977/04/13/deportes/229730402_850215.html

Consejo Superior de Deportes. (2013). Anuario de estadísticas deportivas de 2013. Ministerio de Educación Cultura y Deporte.

Crolley, L., & Tesso, E. (2007). Gendered narratives in Spain: the representation of female athletes in Marca and el País. *International Review for the Sociology of Sport*, 42, (2), 149–166.

García Ferrando, M. (1987). La mujer en el deporte de alta competición: conflicto de roles y adaptación al modelo deportivo dominante. El caso del atletismo español, en publicaciones de Mujer y Deporte, Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer, 21-51.

García Ferrando, M. (2002). La encuesta. En F. Alvira, M. García Ferrando, y J. Ibáñez (comps.), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 167-202). Madrid: Alianza Editorial.

Hargreaves, J. (1994). *Sporting females: critical issues in the history and sociology of women's sports*. London: Routledge.

Izquierdo Mazcón, E. & Gómez Alonso, M. T. (2001). La difícil incorporación de la mujer española a la locura velocipédica del siglo XIX', *Revista Digital*, año 7, no. 43, localizable en www.efdeportes.com.

López, P. (2011). *Deporte y Mujeres en los medios de comunicación. Recomendaciones y sugerencias*. Consejo Superior de Deportes, Madrid.

Maci, S. (2011). *Wheels of change. How women Rode the bicycle to freedom (with a few flat tires along the way)*. Washington DC. National Geographic.

Manrique Arribas, J.C. (2003). La Educación Física femenina y el ideal de mujer en la etapa franquista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10, 83-100.

Manrique Arribas, J.C., López, V.M., Torrega, L.M., & Mangos, R. (2008). La labor formativa desarrollada por la sección femenina de la falange en la preparación de sus mandos e instructoras durante el periodo franquista. *Historia de la Educación*, 27, 347-365.

Nowicka, P., Eli, k., Ng, J., Apitzsch. E., & Sundgot-Borgen. J.(2013). Moving from Knowledge to Action: A Qualitative Study of Elite Coaches'Capacity for Early Intervention in Cases of Eating Disorders. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8 (2), 343-345.

Puig, N., & Soler, S. (2003). Women and sport in Spain. En G. Pfister & I. Hartmann-tews (Eds.), *Women and sport: a crosscultural analysis* (pp. 83-101). London: Routledge.

Puig, N., & Soler, S. (2004). Mujer y deporte en España: Estado de la cuestión y propuesta interpretativa, *Apunts: Educación Física y Deportes*, 76, 71-78.

Robles, F., & Escobar, K. (2007). Mujeres en los órganos de gobierno de las organizaciones deportivas españolas 2002-2006. *Comité Olímpico Español*.

Ruiz, T. G., & Salinero Martín, J. J. (2012). Psycho-social factors determining success in high performancetriathlon: compared perception in the coach-athlete, *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*,3,865-880.

Ruiz., T. G., Salinero Martín, J. J., & Sánchez Bañuelos, F. (2008). Valoración del perfil sociodemográfico en el triatleta: el ejemplo de Castilla la Mancha: Nivel de implicación y entorno. *Apunts*, 92, 5-14.

Simpson, C. (2001). 'Respectable identities: New Zealand nineteenth-century "new women"on bicycles!', *International Journal of the History of Sport*, 18, 2, 54-77.

Zubiaurre, M. (2010). Velocipedismo sicalíptico: erotismo visual, bicicletas y sexualidad importada en la España finisecular. *Journal of Iberian and Latin American Studies*, 13, 217-240.

MATERIAL, MÉTODOS, RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Las secciones "Material y métodos", "Resultados" y "Discusión" se presentan a continuación en cada uno de los capítulos que componen la memoria de la presente Tesis Doctoral.

Análisis del deporte femenino de competición desde la perspectiva de protagonistas clave

Leruite, M., Martos, P., & Zabala, M. (2014)

Departamento de Educación Física
Facultad de Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

RETOS. NUEVAS TENDENCIAS EN EDUCACIÓN FÍSICA DEPORTE Y RECREACIÓN

Análisis del deporte femenino español de competición desde la perspectiva de protagonistas clave

Analysis of the spanish female competitive sport from the point of view of expert technicians

M^a Teresa Leruete Cabrera, Pilar Martos Fernández, Mikel Zabala Díaz

Universidad de Granada (España)

Resumen. El progreso de las deportistas en términos de igualdad en la sociedad española no sólo se mide por el acceso de más mujeres al deporte o a la toma de decisiones sino que es importante conocer aspectos como su realidad social y las dificultades con las que se encuentran. En el presente artículo se analiza el estado de la cuestión del deporte femenino español de competición desde una perspectiva de género teniendo en cuenta los siguientes factores: el marco normativo en igualdad de trato y sin discriminación en el deporte, las políticas deportivas con perspectiva de género llevadas a cabo por el Consejo Superior de Deportes y las federaciones deportivas, la discriminación por razón de género, los medios de comunicación social y el lenguaje sexista. El estudio se posiciona en el paradigma interpretativo, utilizando la metodología cualitativa. Se recoge la opinión de 9 entrevistados especializados en la materia: 3 gestores autonómicos, 2 gestoras del ámbito federativo, 1 jurista deportiva, 1 periodista deportiva y 2 ex-profesoras universitarias e investigadoras expertas en género y deporte. El instrumento utilizado ha sido la entrevista semiestructurada. Los resultados obtenidos revelan un panorama necesario de cambio, donde convendría una aplicación exhaustiva del marco normativo con perspectiva de género al ámbito deportivo, la revisión de las políticas y programas con perspectiva de género llevadas a cabo por las federaciones deportivas y una modernización de la gestión federativa.

Palabras clave. federaciones deportivas españolas, perspectiva de género, deportistas españolas, cultura de las organizaciones, alta competición.

Abstract. The progress of the athletes on equal terms in Spanish society is measured not only by the access of women to the sport or leadership positions but it is important to know several factors such as their social reality and the difficulties they encounter. This article analyzes the status of the matter in question regarding to Spanish female competitive sport, with the goal of rebuilding the current general context of competition taking into account the following factors: the legal framework on equal treatment without discrimination in sport, sports policies with a gender perspective by the Sports Council and sports federations, gender discrimination, media and sexist language. The study stands in an interpretive paradigm and uses a qualitative methodology. A review of 9 respondents specialized in the art is collected: 3 Autonomous Managers, 2 female Federative Managers, 1 Sports Lawyer, 1 Sports Reporter and 2 former University Professors expert in gender and sport. The instrument used was the semistructured interview. The data shows a panorama which needs some changes; it would be advisable a change in the regulatory framework in sport; a review of the policies with a gender perspective conducted by sports federations and the modernization of the federal administration.

Keywords: Spanish sport federations, gender perspective, Spanish sportwomen, culture of organizations, high performance.

Introducción

El progreso de las deportistas en términos de igualdad en la sociedad española no sólo se mide por el acceso de más mujeres al deporte o a la toma de decisiones sino que es importante conocer aspectos como su realidad social y las dificultades con las que se encuentran (Alfaro, Vázquez, Gallardo & Ferro, 2012; González, 2010; Torres, 2005).

Sin embargo, y al amparo del marco teórico que ofrece la Teoría de Sistemas (Bertalanffy, 1968), en la actualidad la deportista no puede ser entendida sin una concepción de ella misma y su entorno.

Así, elementos como la propia deportista y su entorno próximo, los medios de comunicación social, el marco normativo en igualdad de trato y sin discriminación en el deporte, las instituciones deportivas y el acceso de las mujeres a los puestos de dirección en las organizaciones deportivas conforman entre otros una extensa y compleja red de relaciones intrínsecas y extrínsecas susceptibles de configurar los sistemas sociales. La desigualdad entre hombres y mujeres es sin duda una lacra social, no sólo las cifras referentes a la violencia de género son indicativas, como muestran las muertes por violencia de género que ascienden a 41 este año o más concretamente a los casos de abuso y acoso sexual en el deporte en diferentes países (Brackenridge, 2001; Sveta Sand, Fasting, Chroni & Krorre, 2011; Vázquez, Bastanchuri & Fernández, 2002) sino también a aquellas derivadas del trato desigual en otros ámbitos, por ejemplo, respecto a la brecha salarial entre hombres y mujeres; de un 16,4% en España, y a la desigualdad en los roles asociados a la deportista en diversos planos (el trabajo, la publicidad, el lenguaje sexista). Asimismo, los medios de comunicación han contribuido a perpetuar la dominación masculina existiendo una exclusión de las mujeres en las retransmisiones deportivas, siendo los eventos deportivos más retransmitidos aquellos que refuerzan los estereotipos sociales de género (Alfaro et al., 2012; Bissell & Duke, 2007).

En referencia a la participación de la deportista española en el

deporte federado español los estudios científicos de los últimos años revelan que el número de mujeres que participan en el deporte de competición sigue siendo muy inferior al de los hombres (Alfaro et al., 2012; Puig & Soler, 2003, 2004; Robles & Escobar, 2007). En total de las 66 federaciones nacionales existentes, 712.027 (20,9%) son licencias federativas femeninas y 2.682.608 (79%) son masculinas (Consejo Superior de Deportes, 2013). La menor presencia de las mujeres españolas en el mundo del deporte de competición se ha reflejado a lo largo de su historia.

Haciendo un breve repaso histórico sobre la participación femenina española observamos que en los primeros sesenta años de existencia de los juegos olímpicos de la era moderna es prácticamente nula a excepción de mujeres que compitieron en los Juegos de París de 1924 y de Roma de 1960. El estallido de la Guerra Civil Española y el triunfo del Franquismo sobre la II República Española supuso el retroceso durante 3 décadas del ideal progresista y modernizador del deporte femenino impulsado por el gobierno republicano hacia una concepción deportiva basada en la moral católica conservadora del nuevo régimen franquista (García Ferrando, 1987; Manrique, 2003; Manrique, López, Torrega, & Mangos, 2008).

Es a partir de 1975 en la transición demográfica cuando junto con la incorporación de la mujer a ámbitos sociales como el trabajo, la educación y la política y la nueva Ley de 13/1980, de 31 de marzo, General de la Cultura Física y del Deporte, de 1980 que propicia el debate social sobre el rol de la mujer en el deporte, los nuevos programas de fomento de la actividad física a todos los niveles y la dotación de instalaciones públicas deportivas por todo el territorio nacional se incrementa la participación de las mujeres en todas las esferas del deporte y en especial en el deporte de alta competición.

A partir de los Juegos Olímpicos de los Ángeles de 1984 se observa el incremento paulatino de la participación femenina española, siendo en los Juegos Olímpicos de Barcelona de 1992 donde la mujer española se consolida en el olimpismo, con 141 mujeres que representaron el 29,7% de los atletas españoles, consiguiendo las primeras medallas de oro femeninas (hockey, judo, vela y gimnasia) para el deporte español y un 11º puesto en el medallero femenino de potencias mundiales. La

mujer española en la alta competición, aunque tardía ha cosechado multitud de éxitos. Desde su primera participación en París de 1924 hasta la actualidad el crecimiento ha sido muy acelerado llegando a un 43% de participación femenina española en los Juegos Olímpicos de Pekín y consagrándose con un total de 135 mujeres deportistas en los Juegos Olímpicos de Londres, superando por primera vez a los deportistas españoles en el medallero consiguiendo 11 medallas para la delegación española, siendo bautizadas en España los Juegos Olímpicos de Londres como los «Juegos de las Mujeres».

Por otra parte, en una recopilación de artículos sobre los principales puestos en las organizaciones deportivas de varios países las mujeres están infrarrepresentadas en todas las áreas y niveles (Alfaro et al., 2012; Hartmann-Tens & Pfister, 2003; Pfister, 2010). Las mujeres han disminuido su presencia tanto en las Asambleas Generales de las Federaciones como en las Juntas Directivas de las Federaciones alcanzando sólo la cuota del 20% en los Comités de Árbitros y Jueces (ver tabla 1).

Tabla 1.
Miembros en órganos de gobierno de las federaciones deportivas españolas (Adaptado del CSD, 2013)
Miembros en órganos de gobierno 2013

	Hombres	Mujeres	Totales	%Mujeres
Asambleas generales	4055	501	4556	11%
Comisiones delegadas	642	76	718	10,6%
Juntas directivas	801	112	913	12,3%
Comités técnicos de árbitros y jueces	1130	358	1488	24%
Miembros en otros comités	1690	341	2031	16,8%
TOTAL ÓRGANOS DE GOBIERNO	8318	1388	9706	14,3%

En el Consejo Superior de Deportes (CSD) actualmente de 14 miembros 5 son mujeres, representando el 35,71%, existiendo sólo una mujer que haya desempeñado la Presidencia del CSD a lo largo de la historia de este organismo. En el Comité Olímpico Español (COE) las mujeres no alcanzan la cuota del 20% de representación y sólo existe una mujer directiva que desempeña actualmente la vicepresidencia del COE desde hace 10 años. Así mismo, sólo hay tres presidentas de las 66 federaciones deportivas españolas (deportes de hielo, petanca y salvamento y socorrismo) que siguen desempeñando su cargo desde 2002.

A raíz de estas desigualdades los gobiernos han ido implementando marcos políticos normativos en materia deportiva para reducir la brecha de desigualdad existente de la deportista en todos los ámbitos de participación. La legislación deportiva en materia de igualdad de género en el deporte a nivel español no existe como tal y se encuentra integrada en diversas políticas de igualdad llevadas a cabo por el gobierno, instituciones y organismos autonómicos (Robles & Escobar, 2007). La Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres recoge en su artículo 29 una mención al deporte instando a promover el deporte femenino por parte del gobierno español, garantizando la igualdad real y efectiva entre mujeres y hombres y favoreciendo la efectiva apertura en las disciplinas deportivas a las mujeres, mediante el desarrollo de programas específicos en todas las etapas de la vida y en todos los niveles, incluidos los de responsabilidad y decisión. Al amparo de la Orden Pre/525/2005, de 7 de Marzo, se crea por primera vez una Unidad con carácter permanente para desarrollar el programa de «Mujer y Deporte». Desde que en 2007 el Consejo Superior de deportes concediera ayudas a los programas de Mujer y Deporte de 17 federaciones españolas, en 2013 han sido 47 las federaciones subvencionadas, suponiendo un incremento del 74%.

Una vez conocidas las bases del contexto sociocultural de la mujer en el deporte de competición a nivel español, los objetivos del estudio se centran en analizar la situación de la deportista española en el deporte de alta competición a través del discurso de protagonistas clave atendiendo para ello a elementos que influyen en el microsistema deportivo de las deportistas tales como: el marco normativo en igualdad de trato y sin discriminación en el deporte, las políticas deportivas con perspectiva de género llevadas a cabo por el Consejo Superior de Deportes y las federaciones deportivas, la discriminación por razón de género y violencia machista y los medios de comunicación social y lenguaje sexista.

Metodología

Método

El desarrollo de esta investigación se posiciona en el paradigma interpretativo utilizando una metodología cualitativa con un carácter descriptivo, relacional e interpretativo (Fraile & Vizcarra, 2009).

Participantes

La población del universo de estudio está formada por nueve personajes clave relacionados con la perspectiva de género en España en los diversos sectores del ámbito deportivo en los que desarrollan su actividad profesional: 3 gestores deportivos de las Comunidades Autónomas relacionados con la gestión federativa (sujetos 1, 2 y 3), 2 gestoras del ámbito federativo de nivel nacional e internacional (sujetos 4 y 5), 1 abogada especializada en derecho deportivo (sujeto 6), 1 periodista experta en género y deporte (sujeto 7) y 2 ex-profesoras universitarias e investigadoras sobre la temática de mujer y deporte de reconocido nivel internacional (sujeto 8 y 9). Para la selección de las y los protagonistas se tuvo en cuenta su perfil profesional y su reconocido prestigio a nivel nacional y en algunos casos a nivel internacional. Además, siguiendo el objetivo del estudio se pretende analizar la situación de la deportista desde todos los sectores que engloban el sistema deportivo español de competición.

Instrumento

Se ha decidido utilizar como instrumento la entrevista semiestructurada. Se decidió diseñar las dimensiones y los ítems a través del método Delphi, cuyo proceso garantiza la validez del contenido (Landerta, 1999). Se seleccionaron 3 profesores universitarios, (1 profesor y 2 profesoras) expertos en la temática y conocedores del procedimiento. Se comenzó informando sobre la temática: percepción y conocimiento que tienen las personas expertas a entrevistar sobre la situación de la deportista española de competición en España y se realizó la siguiente pregunta ¿qué grandes dimensiones habría que abordar para elaborar una entrevista de esta temática?. Una vez analizadas las dimensiones por el grupo de profesores se procedió a realizar las preguntas de las entrevistas por un comité de dos expertos siguiendo las recomendaciones propuestas de autores como Bryman, (2004); Fink, (1995). Para captar la información necesaria para los objetivos del estudio, se decidió partir de algunas de las variables del cuestionario del estudio «Análisis del modelo del deporte español del siglo XIX» (Cabello, Rivera, Trigueros & Pérez, 2011) y del estudio sobre las políticas de género en los gobiernos nacionales ingleses de (Shaw & Penney, 2003). Además, se utilizaron como documentos de apoyo para la construcción del sistema de categorías los siguientes: guión de entrevista previo a los participantes, análisis de fuentes documentales tales como reglamentos y estatutos federativos, marcos normativos a nivel internacional y nacional sobre perspectiva de género, estadísticas del Consejo Superior de Deportes y estudios científicos previos relacionados con la temática de mujer y deporte y objetivos planteados en la investigación. Finalmente se realizó una entrevista piloto antes de la realización definitiva de las entrevistas a los participantes. Una vez validadas las entrevistas y una vez ajustadas, se dieron por válidas para su utilización. Las entrevistas estaban estructuradas finalmente por 4 dimensiones y 16 preguntas.

Entrevista

1. Aspectos de política deportiva y marco normativo

-¿Cómo considera la situación actual de la mujer española en el deporte de competición? ¿Y con respecto a otros países?

-En líneas generales ¿Cómo considera la actual Ley del deporte de 1990 en referencia al deporte femenino? ¿Deberían de tomarse medidas adicionales?

-¿Considera que es necesaria la profesionalización del deporte femenino para igualar en condiciones a los hombres? ¿Cómo puede sustentarse en algunos deportes más minoritarios?

-¿Qué balance puede hacerse de la reciente aprobada ley de Igualdad de 1997? ¿Se ha mejorado el deporte femenino? ¿Son necesarias más actuaciones?

-¿Cómo considera que se está trabajando desde las federaciones y demás organismos deportivos respecto a la igualdad entre mujeres y hombres?

-¿Considera importante la presencia de las mujeres en los órganos directivos de las organizaciones deportivas para mejorar el deporte practicado por las deportistas?

-¿Considera que el personal directivo actual de las organizaciones deportivas tiene formación y visión relacionada con la perspectiva de género?

-¿Considera necesario que se creen más órganos específicos con perspectiva de género como la «Comisión de Mujer y Deporte» en las federaciones y demás organismos deportivos en los que la mujer está infrarepresentada? ¿Qué características y funciones deberían cumplir?

2. Aspectos de discriminación sexual/ acoso sexual

-¿Considera que las deportistas en los inicios y a lo largo de su carrera profesional tienen que hacer frente a alguna/s barrera/s que por el hecho de ser mujer dificultan el desarrollo de su actividad deportiva?

-¿Tienen que demostrar mayor nivel de exigencia para llegar al mismo reconocimiento que los hombres?

-¿En qué medida cree que está reconocida la labor de las deportistas en la sociedad? (nada, muy poco, poco, suficiente, bastante, mucho)?

-Estudios científicos recientes a nivel internacional en mujeres deportistas muestran la violencia y el acoso sexual como uno de los problemas que están sufriendo las deportistas a todos los niveles de práctica deportiva ¿Cree que se está abordando este asunto por parte de los organismos deportivos?

3. Aspectos socioeconómicos

-¿Estima que los ingresos derivados de becas, premios percibidos por las deportistas son iguales a los percibidos por los deportistas en idéntico nivel o situación profesional?

4. Medios de comunicación y lenguaje sexista

-¿Qué opina del lenguaje sexista en el deporte? ¿Qué supondría la implantación de un lenguaje más inclusivo, mejoraría la situación de la mujer en el deporte?

-¿Qué opina de la presencia y el trato que reciben las deportistas en los medios de comunicación?

-Actualmente, ¿Cómo considera la investigación relacionada con la mujer y el deporte? ¿Sobre qué áreas sería necesario investigarse?

Procedimiento y análisis de datos

Toda la fase del procedimiento de recogida de información (localización, identificación, contacto de las personas, realización de la entrevista, registro de información, y la recogida de información obtenida) fue realizada por un único investigador con la finalidad de obtener una mayor fiabilidad y validez del cuestionario (García Ferrando, 2002). Siete fueron entrevistados mediante videoconferencia y dos telefónicamente. Una grabadora fue utilizada durante las entrevistas tomando notas durante la realización de las mismas, teniendo una duración promedia de 60 minutos a 1 hora 15 minutos. Para la realización de las entrevistas se administró un informe consentido y se emplearon pseudónimos en la investigación para proteger la identidad de todos los entrevistados. Todas las entrevistas fueron realizadas en una primera sesión salvo una, en la que el investigador entrevistó de nuevo a una participante para aclarar y profundizar en algunos aspectos considerados de interés para la investigación. Se practicó un estilo de entrevista activa incluyendo un guión de entrevista semiestructurado.

Tras la transcripción literal de las entrevistas toda la información fue transcrita y sometida a un primer análisis de discurso siguiendo las pautas marcadas desde la «grounded theory» (Strauss & Corbin, 2002). El primer paso fue hacer visibles las teorías sustantivas de los participantes; para ello se realizó una codificación abierta que permitió emerger las primeras categorías. Desde la matriz de intersección de categorías de doble entrada obtenida con el programa NUDIST VIVO 10 se fue reconstruyendo el discurso de los personajes clave, para pasar a un

Tabla 2. *Crucé de los discursos de los personajes clave relacionados con la perspectiva de género en el deporte español de competición.*

Presencia de temáticas en los discursos	SUJ.1	SUJ.2	SUJ.3	SUJ.4	SUJ.5	SUJ.6	SUJ.7	SUJ.8	SUJ.9
COMISIÓN DE MUJER Y DEPORTE									
Visión positiva de la creación de la CMD del CSD									
Interés por la creación de más organismos deportivos con perspectiva de género									
Insuficiencia de las medidas tomadas por los organismos con perspectiva de género									
DISCRIMINACIÓN POR RAZÓN DE GÉNERO									
Nula proyección deportiva profesional de la deportista en categorías inferiores									
Existencia de barreras que frenan la evolución deportiva de las deportistas									
Reconocimiento del mérito deportivo inferior al de los deportistas									
Más exigencia para ser reconocidas igual que los deportistas									
MARCO LEGISLATIVO									
Valoración positiva de la entrada en vigor Ley Orgánica de Igualdad de 2007									
Aplicación de la Ley Orgánica de Igualdad de 2007 en el deporte femenino									
Valoración positiva de la actual Ley Deporte de 1990 en referencia al deporte femenino									
Necesidad de la configuración de un nuevo marco normativo en referencia al deporte									
Establecimiento de políticas de cuotas en las federaciones									
Visión positiva del modus operandi de las federaciones									
Inmovilidad de las federaciones en una unidad estructural antiada									
Necesidad de la profesionalización de la deportista									
VIOLENCIA MACHISTA									
Tratamiento del asunto por parte de los organismos deportivos españoles									
Necesidad del tratamiento de esta temática por organismos competentes									
MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y LENGUAJE SEXISTA									
Nula visibilidad de la mujer deportista en los medios de comunicación									
Representación sexista de la imagen de la deportista en los medios de comunicación									
Lenguaje sexista en el deporte									
Poco/muy poco reconocimiento de la deportista por la sociedad española									
Positivo avance de la deportista española de alto nivel en comparación con otros países									

análisis comparativo de las percepciones de los participantes. Tal y como se puede ver en la tabla 2, se han recogido las principales temáticas aparecidas y se muestra (celda resaltada en gris) la presencia o ausencia en las mismas en las percepciones de cada uno de los participantes en esta fase de la investigación (ver tabla 2).

Resultados

Labor, funciones y valoración de los organismos con perspectiva de género en las federaciones deportivas españolas

La unanimidad de los entrevistados considera importante la creación y funciones de la Unidad de Mujer y Deporte creada bajo la orden Pre/525/2005, de 7 de marzo dentro del CSD, aunque según la opinión de algunos protagonistas (ver tabla 2) todavía existe cierto lastre en las federaciones deportivas españolas que no se suprime únicamente con la creación de más órganos específicos con perspectiva de género, sino con la mejora de la eficacia y eficiencia de los ya existentes. Algunos entrevistados opinan que los órganos con perspectiva de género en muchas ocasiones sólo sirven para cubrir el expediente y no atienden a una planificación adecuada a los objetivos a cumplir y una evaluación de la misma.

Sujeto 8 (ex-profesora universitaria):»El hecho de crear órganos no solucionan los problemas. Considero que algunos de los órganos que se han creado sólo sirven para «cubrir el expediente» y justificar que se hace algo. Me parece más importante y eficaz que se incluya a mujeres en la gestión y dirección de las federaciones deportivas y en los diferentes organismos e instituciones que dirigen el deporte y que se obligue a cumplir la Ley de Igualdad en el ámbito deportivo. En todo caso, si se crean comisiones específicas, éstas deberán desarrollar programas y evaluarlos para saber si su acción tiene repercusiones reales porque de lo contrario se convierten en órganos absolutamente ineficaces».

Existe unanimidad sobre la necesidad de apoyar medidas especifi-

cas y contundentes como la dotación a los órganos con perspectiva de género de las federaciones de autonomía directiva para tomar sus propias decisiones contando con la voluntad política expresa del personal federativo, inclusión de más mujeres en los puestos directivos de las federaciones, formación del personal federativo en perspectiva de género, planificación/evaluación deportiva de los programas de mujer y deporte y la aplicación estricta de la ley de igualdad en el ámbito deportivo.

Discriminación por razón de género

La mayor parte de los entrevistados reseñan que las mujeres deportistas tienen que hacer frente a barreras «sutiles» o «invisibles» ya sean de índole educativa, legislativa, cultural o social que frenan su práctica deportiva. Aunque la respuesta predominante es que actualmente no existen barreras visibles generales que impidan que las deportistas realicen actividad física de carácter competitivo si que se encuentran con obstáculos difíciles de remoción a lo largo de su trayectoria deportiva. Culturalmente, ya desde inicios tempranos, son las familias las que estimulan a las niñas a elegir un itinerario deportivo que no entre en conflicto con los estereotipos tradicionales de género, dejando a un lado los deportes considerados tradicionalmente «masculinos».

Sujeto 7 (periodista deportiva): «En la actualidad siguen siendo unas barreras invisibles porque no es que tenga una barrera que por ser niña no pueda practicar uno u otro deporte. Por ejemplo, por decirte algún deporte, normalmente por esta cadencia que tienen padres y madres, los niños quieren apuntarlos a fútbol o a deportes un poco más agresivos y a las niñas las seguimos apuntando a gimnasia, patinaje».

Tal y como se desprende del discurso de los entrevistados, ni los medios de comunicación, ni la legislación deportiva vigente ampara una proyección profesional de la deportista en el deporte de competición, no existiendo referentes de mujeres deportistas para las niñas o adolescentes en la sociedad que las animen a dedicarse profesionalmente al deporte. De hecho, según una de las entrevistadas existen además lagunas en la legislación deportiva vigente que no contemplan un desarrollo profesional de la deportista.

Sujeto 6 (abogada deportiva): «Creo que hace falta en nuestro país un diseño de la carrera profesional de la deportista, cuando esa mujer se presenta o se plantea dedicarse profesionalmente a esa actividad deportiva, ahí empieza el problema, en el Real Decreto 1006/1985, de 26 de junio, por el que se regula la relación laboral de los deportistas profesionales para mí hay elementos que no contempla y que debería contemplar, un elemento por ejemplo sustancial, el tema del embarazo, el tema de la lactancia, el tema de la maternidad, no lo contempla ese real decreto, yo tendría que irme al estatuto de los trabajadores evidentemente, pero yo puedo afirmar hoy desde mi experiencia profesional que hay deportistas que son despedidas cuando se quedan embarazadas, eso en el derecho laboral común no se puede admitir es una aberración jurídica ¿cuál es otro elemento para mí importante?, el tema de la retribución, vale, hay muchas deportistas que dedican gran parte de su tiempo a esa actividad que podríamos definir denominar ya profesional y tienen una retribución no como deportista, no como jugadora de fútbol, se le hace un contrato que puede ser una panadería, empleada de hogar y demás para compensar esa falta de retribución económica o el hecho de cotizar por ello en la seguridad social, esa situación se está dando ahora».

Además, en las deportistas que son profesionales existe entre ellas una inferioridad interiorizada respecto a su papel como profesional del deporte que no ocurre en los hombres profesionales:

Sujeto 6 (abogada deportiva): «Yo te reconozco que hay jugadoras, deportistas, que van, cuando van a mi despacho para hacerme consultas, para que les lleve algún asunto y al mismo tiempo me van chicos, el chico va de profesional y me pide que como profesional que actúe y denuncie, las chicas van con miedo, no se cree que sea profesional».

La respuesta predominante es que al igual que ocurre en todos los ámbitos de la sociedad, las mujeres tienen que demostrar su valía mucho más que el hombre para ser igualmente reconocidas. Así mismo, en

igualdad de condiciones las deportistas se encuentran en segundo plano en cuanto a todo el engranaje del sistema de competición: peores horarios, distribución desigual de recursos materiales, humanos y económicos. Respecto a la cuantía de los premios, los entrevistados reconocen que aunque se han incrementado las ayudas concedidas por las administraciones públicas y las becas de ayuda al deporte olímpico (ADO) son igualitarias entre sexos, considerándolas satisfactorias; todavía es muy precario el patrocinio deportivo privado que se presta a las deportistas y el dinero destinado a la promoción deportiva desde las entidades privadas

Marco legislativo en materia deportiva

En referencia al marco normativo en el deporte, muchos de los entrevistados consideran que debe hacerse un ejercicio de reflexión y adaptar la legislación deportiva vigente a la estructura del deporte actual que ha variado considerablemente desde la aplicación de la ley 10/1990 de 15 de Octubre. Más específicamente, y en el caso de la igualdad de género, el marco normativo en materia deportiva debe adaptarse a los requerimientos específicos de las deportistas, ya que no se reconocen aspectos fundamentales y trascendentales en la trayectoria deportiva de las deportistas como el embarazo, lactancia, maternidad, conciliación y retribución. En este sentido varios de los entrevistados, apuntan que debe ponerse en marcha una ley del deporte profesional que recoja los aspectos mencionados anteriormente para llevar a cabo una remoción de aspectos de discriminación que se están produciendo y que vulneran derechos fundamentales de las deportistas.

Sujeto 6 (abogada deportiva): «Pongo sobre la mesa varias cuestiones, la primera, un elemento diferenciador; el tema del embarazo, el tema de la lactancia, el tema de la maternidad, esto tal como está ahora regulada yo afirmo que hay jugadoras que hay deportistas que se les extingue, se les rescinde el contrato cuando se quedan embarazadas y que no puede admitirse y la otra cuestión importante es el tema de las retribuciones, otro tema paradójico por ejemplo que se da en el deporte y que no se da en cualquier otra esfera del ámbito laboral».

Incluso muchas deportistas a pesar de dedicarse profesionalmente a su actividad deportiva, no tienen un contrato profesional con sus equipos, clubes que las avale como profesionales del deporte, por lo que no tienen los derechos laborales como trabajadora o tienen contratos que no se corresponden con su dedicación real.

Sujeto 6 (abogada deportiva): «Un ejemplo muy sangrante, que una mujer sé que está practicando deporte, una triatleta o cual sea, tiene una lesión grave, una lesión de tal magnitud que le impide, que la incapacita laboralmente para ejercer cualquier actividad profesional, como esa mujer no han cotizado por ella, como su profesión real, ¿en qué situación se encuentra?, eso se puede producir perfectamente en este país y está en la absoluta precariedad, eso hay que, eso son cuestiones que tenemos que subsanar; en los tiempos actuales, eso se da, eso se da en la sociedad actual, no, no se puede permitir».

La respuesta predominante es que la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo para la igualdad efectiva de mujeres y hombres ha supuesto un paso muy importante en el reconocimiento y defensa de los derechos de las mujeres.

Sujeto 6 (abogada deportiva): «La Ley de Igualdad es importante, la Ley de Igualdad establece un artículo específico, el 9, sobre el tema del deporte, pero muy en general, pero creo que era necesaria, creo que es una ley muy importante y yo como abogada y como jurista para mí está siendo un instrumento capital a la hora de en el juzgado y a la hora de, podemos decir, pelear estos temas en órganos de la creación pública o distintas instancias deportivas es un referente que se trata una ley orgánica que evidentemente está por encima de la ley del deporte que este tipo de normativa de rango inferior; me parece que era necesaria».

No obstante, consideran que la ley tiene ciertas lagunas en lo referente a la estructura del deporte, no produciéndose una aplicación exhaustiva de la ley y no teniendo el personal directivo de muchas federaciones la preparación necesaria para su aplicación debido a la poca formación en perspectiva de género y al modus operandi de muchas federaciones que lastran modos de hacer viciados como consecuencias

del lastre o inercia del pasado difíciles de desgajar.

Muchos participantes se posicionan a favor de la política de cuotas en las federaciones con el consecuente cambio del Real Decreto 1026/2007 de 20 de Julio para romper la inercia de las federaciones e incluir más mujeres en sus filas. La atribución a esta problemática muchos de los entrevistados la atañen a los horarios de muchas federaciones que no permiten la conciliación personal, familiar y laboral de la mujer, y a que muchos de los cargos son voluntarios no retribuidos y muchas mujeres no se sienten válidas en las federaciones debido a su tradicional funcionamiento que las coartan y acaban desistiendo de sus funciones.

Sujeto 1 (gestora deportiva de la Comunidad Autónoma):»Hay algunas federaciones que con los planes de igualdad actuaban incluso con cierta agresividad, ¿es que discriminamos a las chicas? no para nada. El implantar un plan de igualdad en una empresa o asociación no quiere decir que discrimines, lo que vas es a mejorar la situación de igualdad tanto para hombres como para mujeres. Son temas formativos simplemente en materia de género. Y eso muestra poco interés, son reacios en cierto sentido».

Violencia machista

Existe consenso en la práctica totalidad de los entrevistados en que es importante que se aborde este asunto en España, pero desde una perspectiva que no afecte al deporte de una manera peyorativa, y se levante una alarma social que creen innecesaria. Hay algunos entrevistados que creen que el tema de la violencia de género en el deporte es un tema tabú y que no se quiere investigar.

Establecen que el deporte no es ajeno a esta realidad ya que las relaciones de poder incurren en problemas de diversa índole relacionados con esta temática y que se tiene que llevar a cabo una campaña de concienciación de todos los agentes involucrados en el deporte, concienciando a las deportistas que denuncien sin miedo a que se puedan tomar represalias contra ellas y que tengan que abandonar su práctica deportiva.

Medios de comunicación y lenguaje sexista

La respuesta predominante de los protagonistas es que la presencia de la deportista en los medios de comunicación es prácticamente nula y muchas veces acentuando los estereotipos sociales de género, recreando de esta manera una imagen erotizada y sexuada de la mujer deportista no publicitando sus logros deportivos.

Sujeto 4 (gestora federativa):»Yo diría, más bien, el trato que no reciben porque prácticamente no están presentes. No obstante, cuando se las incluye, suele ser ratificando los estereotipos sociales de género. Incluso, destacándolos y ridiculizándolos».

Los entrevistados afirman que la deportista española es poco reconocida en la sociedad porque no se publicita su imagen, sólo son reconocidas las llamadas «deportistas mediáticas», aquellas que destacan muchísimo por sus logros deportivos o porque su deporte no rompe con los estereotipos de género.

Sujeto 7 (periodista deportiva):»Hay unas pocas que están muy bien reconocidas porque están, voy a llamarlas entre comillas «mediáticas», la campeona del mundo de natación sincronizada, pero porque, porque cumple unas normas que todos se han molestado en señalar la sirena de la piscina, y la idea de esta deportista en la piscina como deportista y como campeona que es con más de 20 medallas, en competiciones a nivel internacional, eso nadie lo puede negar, pero ha tenido una especie de relevancia ya no sólo por sus medallas sino por el deporte que practicaba». En cuanto al lenguaje la totalidad de los entrevistados creen que se sigue utilizando un lenguaje no inclusivo que invisibiliza a las mujeres y muchas veces las trata de manera despectiva.

Discusión

Los resultados de la investigación ponen de manifiesto la importancia de las políticas deportivas con perspectiva de género para romper las barreras visibles o sutiles que impiden la equidad de género en el deporte (Blakemore & Drake, 1996). Además, según la última Conferencia del

COI sobre Mujer y Deporte «La Declaración de los Ángeles» desde que se aplican plenamente los programas y procesos para ayudar a las mujeres a acceder de forma sistemática a los niveles más altos de la administración deportiva y la competición, el número de participantes femeninas en el deporte ha crecido de manera exponencial. Sin embargo, Shaw & Penney (2003) y Puig & Soler (2003) ponen de manifiesto la problemática inherente de incluir las políticas deportivas con perspectiva de género en las organizaciones deportivas. Tal y como se desprende del discurso de los entrevistados existe una reticencia por parte de los organismos deportivos de comprometerse formalmente con la realización de medidas específicas y contundentes como la dotación a las comisiones de mujer y deporte de las federaciones de autonomía directiva para tomar sus propias decisiones o de la mejora de las ya existentes (Hoeber & Frisby, 2001). Este resultado es similar al estudio realizado por Shaw & Penney (2003) en los organismos deportivos ingleses donde la autora y el autor realizan una crítica sobre la implantación y seguimiento de las políticas deportivas con perspectiva de género. Respecto a las ayudas concedidas por las administraciones públicas y las becas ADO los entrevistados las consideran satisfactorias; aunque todavía es muy precario el patrocinio deportivo privado que se presta a las deportistas y el dinero destinado a la promoción deportiva desde las entidades privadas. Este resultado coincide con el estudio de (Cabello et al., 2011) sobre el modelo de análisis del deporte español de siglo XXI en el que existe unanimidad de los dirigentes federativos sobre las bondades del Plan ADO como modelo impactante siempre mencionado cuando se refiere a la captación de fondos privados, no obstante barajan cierta incertidumbre sobre si esta propuesta sería replicable en otros contextos del deporte: planes de promoción, competiciones de alto nivel al margen de los Juegos Olímpicos y las ayudas concedidas por las administraciones públicas. La mayoría de los entrevistados consideran insuficiente el número de mujeres en puestos de responsabilidad en los organismos deportivos como muestran estudios realizados hasta la fecha (Alfaro et al., 2012; Peyró, 2003; Pfister, 2006; Robles & Escobar, 2007).

Las mujeres en las organizaciones deportivas españolas siguen sin alcanzar la cuota del 20% propuesta para el año 2005 en la Conferencia de París por el Comité Olímpico Internacional. Tan sólo el CSD ha incorporado más mujeres a sus filas alcanzando este año 2014 el 35,71% de representación femenina en su organismo. No obstante, se trata de un caso aislado ya que el grueso de mujeres en las federaciones deportivas pertenece al comité de árbitros y jueces (24%), estando las mujeres infrarrepresentadas en las Presidencias de las Federaciones (4,5%), Asambleas Generales (11%) Comisiones Delegadas (10,6%) y Juntas Directivas (12,3%). La segregación de género en el mercado laboral en España se caracteriza por ser tanto vertical como horizontal, encontrándose las mujeres tal y como afirma Pfister (2006) en los niveles inferiores de la jerarquía de las organizaciones y con menores oportunidades de promoción a favor del sexo masculino (Davidson & Black, 2001). A nivel internacional la situación no es diferente ya que en la última Conferencia del COI sobre Mujer y Deporte se ha puesto de manifiesto que a pesar de que se han invertido recursos para situar a mujeres en puestos de liderazgo en las organizaciones deportivas el número de mujeres electas no ha aumentado al mismo ritmo que su participación como deportistas, por lo que se insta a los comités olímpicos nacionales, federaciones internacionales y las federaciones nacionales a que en los ciclos electorales en el futuro, se logre una representación más equitativa en sus Comités Ejecutivos.

La preocupación de los entrevistados por la violencia machista y acoso y abuso sexual en el deporte de competición se ha visto reafirmada por numerosos estudios a nivel internacional (Brackenridge, 2001; Svela Sand et al., 2011; Vázquez et al., 2002). Este año 2004, de acuerdo con la moción aprobada por el senado en 2013 en la que se instaba al gobierno a la adopción de determinadas medidas para evitar el abuso sexual e infantil en el deporte, el CSD ha desarrollado el «Plan de detección, actuación, prevención de los abusos sexuales en el mundo del deporte», siendo ya algunas federaciones las que se han adherido como la Federación Española de Piragüismo. No obstante, el CSD insta al

resto de federaciones para su adhesión en la temporada deportiva 2014/2015.

Según se recoge en la reciente publicación del CSD (López, 2011) los medios de comunicación ejercen una enorme influencia en el conocimiento de la realidad social, ayudando a conformar la opinión pública y a la adopción de conductas personales y sociales. Los resultados del estudio ponen de manifiesto que el deporte femenino de competición se encuentra al margen en cuanto a su presencia y visibilidad de sus logros deportivos en los medios de comunicación (Élida et al., 2012, Crolley y Tesso, 2007; Latorre et al., 2007; López, 2011; Sainz de Baranda, 2013). Del mismo modo, los resultados del estudio de (Bissell & Duke, 2007) mostraron que la sexualidad de la mujer era utilizada para promocionar a la deportista y/o el deporte practicado. Así mismo, el lenguaje en la mayoría de las ocasiones es un lenguaje sexista que redunda en la imagen estereotipada de la deportista (Élida et al., 2012; Jones, 2011). Las referencias normativas actuales en cuanto a la aplicación de un lenguaje no sexista se encuentran en la Ley Orgánica 3/2007 para la igualdad efectiva entre mujeres y hombres, cuyo art. 14 estipula que serán criterios generales de actuación de los poderes públicos, «la implantación de un lenguaje no sexista en el ámbito administrativo y su fomento en la totalidad de las relaciones sociales, culturales y artísticas». En el Consejo Superior de Deportes, desde la Unidad del CSD y través del libro «Hablamos de Deporte» (Alfaro, Bengoechea & Vázquez, 2010) las autoras hacen un análisis exhaustivo sobre el uso del lenguaje sexista en el ámbito deportivo en todos los niveles. También académicos en Estados Unidos han abogado por el empleo de un lenguaje no sexista en los programas de gestión deportiva (Parks & Robertson, 2002).

Conclusiones: reconceptualización del modelo existente

A la vista de los resultados del modelo deportivo español precisa de un amplio debate y reflexión que ponga en cuestión muchos de los elementos esenciales que tienen que ver con el desarrollo de la deportista en el deporte español de competición. Se hace necesario un cambio en la legislación y en el modo de gestionar de los entes deportivos que permita a la deportista española competir en igualdad de condiciones que los deportistas españoles.

Partiendo de la legislación deportiva, es prioritario que se recojan aspectos esenciales y específicos de la deportista que condicionan su trayectoria deportiva (maternidad, conciliación, retribución...) y que se regule su profesionalización para que pueda dedicarse al deporte de competición como a cualquier otra profesión. En referencia a la legislación española con perspectiva de género es necesario que se cumpla en todas sus vertientes y especialmente en el ámbito deportivo y por parte de todos los organismos implicados en el deporte. Las federaciones deportivas españolas deben impulsar sus políticas de género en el seno federativo incorporando más mujeres a sus puestos de toma de decisión, formando al personal federativo en una visión con perspectiva de género y llevando a cabo programas de acción con el objetivo de incrementar el número mujeres en todos los estamentos federativos adaptándose a la demanda existente. Teniendo en cuenta la invisibilidad de la deportista española en los medios de comunicación es necesario que se creen sinergias comunes entre los medios de comunicación y los entes deportivos para visibilizar los logros deportivos de la mujer deportista libre de estereotipos de género y con un lenguaje inclusivo que sirva de modelo de referencia para las niñas y mujeres de la sociedad española. En definitiva sería conveniente la reconceptualización del modelo, en el que se tenga en cuenta en el modelo deportivo actual un cambio en la legislación deportiva con el objetivo de mejorar la situación de la deportista española, y una mejora de las políticas de género en materia deportiva enfocada a las federaciones deportivas españolas con el objetivo de mejorar el sistema federativo y como consecuencia el deporte femenino español de competición.

Referencias

Alfaro, E., Vázquez, B., Gallardo, J., & Ferro, S. (2012). Mujeres en puestos de responsabilidad dentro de las organizaciones públicas deportivas de la Comunidad de Madrid. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15, 40-53.

- Alfaro, E., Bengoechea, M. & Vázquez, B. (2010). *Hablamos de deporte: en femenino y en masculino*. Madrid: Instituto de la Mujer (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad).
- Brackenridge, C.H., *Spoilsports: Understanding and Preventing Sexual Exploitation in Sports*, Routledge, London, 2001.
- Brakemore, K. & Drake, R. (1996). *Understanding equal opportunity policies*. London: Prentice Hall.
- Bertalanffy, L. V. (1968). *General System Theory. Foundations, Development, Applications*. New York: George Braziller.
- Bissell, K. L., & Duke, A. M. (2007). Bump, set, spike: An analysis of commentary and camera angles of women's beach volleyball during the 2004 summer olympics. *Journal of Promotion Management*, 13 (1-2), 35-53.
- Bryman, A. (2004). *Social research methods*. New York: Oxford University Press.
- Cabello, D., Rivera, E., Trigueros, C. & Pérez, I. (2011). Análisis del modelo del deporte federado español del siglo XXI. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 11(44), 690-707.
- Consejo Superior de Deportes. (2013). Anuario de estadísticas deportivas de 2013. Ministerio de Educación Cultura y Deporte.
- Crolley L. & Tesso, E. (2007). Gendered narratives in Spain: the representation of female athletes in Marca and el País. *International Review for the Sociology of Sport*, 42(2), 149-166.
- Davidson, P. & Black, R. (2001). Women working in male roles: A New South Wales and Victorian case study. *Parks and Leisure Australia*, 4(4), 10-15.
- Fink, A. (1995). How to sample in surveys. Thousand Oaks: Sage.
- Frailé, A. & Vizcarra, T. (2009). La investigación naturalista e interpretativa desde la actividad física y el deporte. *Revista de Psicodidáctica*, 14(1), 119-132.
- García Ferrando, M. (1987). La mujer en el deporte de alta competición: conflicto de roles y adaptación al modelo deportivo dominante. El caso del atletismo español, en publicaciones de Mujer y Deporte, Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer, 21-51.
- García Ferrando, M. (2002). La encuesta. En F. Alvira, M. García Ferrando, y J. Ibáñez (comps.), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 167-202). Madrid: Alianza Editorial.
- González Tirados, G. (2010). El problema de género en las estructuras empresariales españolas del siglo XXI. *Mujeres y Economía. Instituto De Ciencias De La Educación*, 852, pp. 113-125.
- Hartmann-Tens, I. & Pfister, G. (2003). Sport and women, social issues in international perspective. *International Society for Corporate Physical Education and Sport*.
- Hoerber, L. & Frisby, W. (2001). Gender equity for athletes: Rewriting the narrative for this organizational value. *European Sport Management Quarterly*, 1, 179-209.
- Jones, A. H. (2011). Visual and verbal gender cues in the televised coverage of the 2010 winter olympics. *International Journal of Interdisciplinary Social Sciences*, 6(2), 199-216.
- Latorre Román, P. y otros. (2007). Mujer, deporte y medios de comunicación. *Revista digital de Buenos Aires*, 11(106).
- López, P. (2011). Deporte y Mujeres en los medios de comunicación. Recomendaciones y sugerencias. Consejo Superior de Deportes, Madrid.
- Manrique Arribas, J.C. (2003). La educación física femenina y el ideal de mujer en la etapa franquista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10, 83-100.
- Manrique Arribas, J.C., López, V.M., Torrega, L.M. & Mangos, R. (2008). La labor formativa desarrollada por la sección femenina de la fálange en la preparación de sus mandos e instructoras durante el período franquista. *Historia de la Educación*, 27, 347-365.
- Parks, J. B. & Robertson, M. A. (2002). The gender gap in student attitudes toward sexist/non sexist language: Implications for Sport Management education. *Journal of Sport Management*, 16(3), 190-209.
- Peyró Santana (2002). Las Mujeres en la Dirección, Gestión y Organización de la alta competición Deportiva. En VV.AA (Eds) *Las mujeres en la alta competición deportiva* (Madrid Consejo Superior de Deportes), 129-148.
- Pfister, G. (2010). Women in Sport-gender relations and futures perspectives. *Sport in Society*, 13(2), 234-248.
- Puig, N. & Soler, S. (2003). Women and sport in Spain. En G Pfister & I. Hartmann-tews (Eds.), *Women and sport: a crosscultural analysis* (pp. 83-101). London: Routledge.
- Puig, N. & Soler, S. (2004). Mujer y deporte en España: Estado de la cuestión y propuesta interpretativa. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 76, 71-78.
- Robles, F. & Escobar, K. (2007). Mujeres en los órganos de gobierno de las organizaciones deportivas españolas 2002-2006. Comité Olímpico Español.
- Sainz de Baranda, C. (2013). *Mujeres y deporte en los medios de comunicación*. Estudio de la prensa española. (Tesis doctoral). Universidad Carlos III de Madrid.
- Shaw, S. & Penney, D. (2003). Gender equity policies in national governing bodies: An oxymoron or a vehicle for change? *European Sport Management Quarterly*, 3, 78-102.
- Strauss, A. & Corbin, J. (2002) *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Colombia: Universidad de Antioquia.
- Svela Sand, T., Fasting, K., Chroni, S. & Krorre, A. (2011). Any Consequences for the Prevalence of Sexual Harassment?. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6, 229-241.
- Torres García, D. (2005). Propuesta de programación didáctica coeducativa en educación física en educación primaria: un caso de la sierra de Madrid, *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 8, 43-49.
- Vázquez, B.; Bastanchuri, E. & Fernández Heyden, N. (2002). El acoso sexual en el deporte de competición. Las mujeres en la alta competición deportiva. Madrid: Ministerio de Educación Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes, 87-104.

Analysis of the sporting context of spanish female competitive cyclists and triathletes

Leruite, M., Morente-Sánchez, J., Martos, P., Girela M.J., & Zabala, M. (2014)

Departamento de Educación Física
Facultad de Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

INTERNATIONAL JOURNAL OF MEDICINE AND SCIENCE OF PHYSICAL ACTIVITY
AND SPORT

Leruite, M.; Morente-Sánchez, J.; Martos, P.; Girela, M.J. y Zabala, M. (201x). Análisis del contexto deportivo de ciclistas y triatletas españolas / Analysis of the sporting context of spanish female competitive cyclists and triathletes. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. x (x) pp.xx Pendiente de publicación / In press.

ORIGINAL

ANALYSIS OF THE SPORTING CONTEXT OF SPANISH FEMALE COMPETITIVE CYCLISTS AND TRIATHLETES

ANÁLISIS DEL CONTEXTO DEPORTIVO DE CICLISTAS Y TRIATLETAS ESPAÑOLAS

Leruite, M.¹; Morente-Sánchez, J.²; Martos, P.³; Girela, M.J.⁴ & Zabala, M.⁵

^{1,2} Licenciados en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mayteleruite@ugr.es, jaimemorente@ugr.es.

³ Profesora Doctora. Titular de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Granada. pmartos@ugr.es.

⁴ Profesora Doctora. Contratada Doctora de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Granada. mjgirela@ugr.es.

⁵ Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mikelz@ugr.es.

Acknowledgements:

We thank the cyclists and triathletes that took part in the study for their grateful collaboration. This study was supported by grants from the Spanish Ministry of Education (AP2009-0529).

Spanish- English translator: Inmaculada Pérez Burgos; info@ip-translation.com

Códigos UNESCO / UNESCO Code: 6301: Sociología del deporte 6114: Psicología social

Clasificación Consejo de Europa / Council of Europe classification: 15. Psicología del deporte 16. Sociología del deporte

Recibido 27 de octubre de 2013 Received October 27, 2013

Aceptado 18 de marzo de 2014 Accepted March 18, 2014

ABSTRACT

The aim of this study was to know and compare the psychosocial characteristics from Spanish under-licence female cyclists and triathletes considering a set of proposal to improve their situation in competitive sport. We compared two sports which share common aspects (use of a bicycle in competition, participants who carry out both sports...) and differentiating ones (classic sport vs. modern), with

the aim of uncovering potential differences and/or similarities between the two. 80 cyclists and 126 triathletes took part in this descriptive study. We determined the average socio-demographic profile of cyclist through 2 semi-structured questionnaires. The athletes' average socio-sporting profile was defined as a) amateur with a competitive tendency; b) who became specialized in the sport at a late age; c) having vast sporting experience; d) having completed, or completing, a high level of education; e) and middle class. We believe a change in politics in sports federations is needed, as are initiatives to improve competition conditions for these athletes.

KEYWORDS: gender, gender differences, female cyclists-triathletes, psychosocial aspects, female sport participation.

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue conocer y comparar las características psicosociales de las ciclistas y triatletas federadas en España estableciendo unas pautas de actuación que mejoren su situación en el deporte de competición. Se analizan dos deportes con aspectos comunes (uso de la bicicleta en competición, participantes que realizan ambos deportes...) y diferenciadores (deporte clásico vs deporte moderno), con el objeto de descubrir las posibles diferencias y/o similitudes entre ambos. En este estudio descriptivo participaron 80 ciclistas y 126 triatletas. Se determinó el perfil sociodemográfico promedio de las ciclistas y triatletas mediante 2 cuestionarios semiestructurados que permitieron definir las como deportistas a) amateurs con tendencia competidora, b) iniciadas a una edad tardía en su especialidad deportiva, c) con una amplia experiencia deportiva, d) con un nivel alto de estudios completado o en curso, y e) pertenecientes a un estrato social medio. Tras el análisis de los resultados creemos que se hace necesario un cambio en la política deportiva de las federaciones deportivas así como iniciativas tendentes a la mejora de las condiciones de competición de estas deportistas.

PALABRAS CLAVE: género, diferencias por género, triatletas-ciclistas femeninas, aspectos psicosociales, participación femenina en el deporte.

INTRODUCTION

For decades, Spanish sportswomen had to overcome cumulated social and cultural backwardness and fight against gender stereotypes (Ferrando, 1987).

As a result, problems arise, such as the un-equal representation of women's sports in the media (Crolley y Tesso, 2007; López, 2011; Solano, 2002), limited access to certain sports and the lack of support or social recognition (Puig y Soler, 2004); low representation of women in sports governing and organising bodies (Alfaro, Vázquez, Gallardo y Ferro, 2012; Robles y Escobar, 2007, Puig

y Soler, 2004; Peyró Santana, 2002) and sexual harassment in high level competition sport (Vázquez, Bastanchury y Fernández Ferro, 2002).

This fight is accentuated in the cases of traditionally “male” sports, such as combat or resistance sports in which paternalism and masculine ideals of control, aggressiveness, and strength are dominant.

In Spanish competition cycling, women joined decades later compared to other European countries. It could be due to the existing hygienic and moral principles and subordination to men that their participation in competition was vetoed. Early in the nineteenth century the first male cycling events began and the role of the female rider was relegated to walks in the company of a man (Izquierdo, Mazcón y Gómez Alonso, 2001; Zubiarre, 2010). Years after Franco Regimen's *Sección Femenina* banned all the sports which break stereotypes associated with femininity and kept women away from their main interest of being good mothers and wives (Manrique Arribas, 2003), it was in 1977 when the RFEC (Royal Spanish Cycling Federation) approved female license and the first women racing cyclists started officially (Conesa, 1977).

However, according to the statistics of the National Sports Council (CSD, 2013), currently the percentage of female license is scarcely 4% compared to the percentage of 96% of men's and there is no female representation in the governing bodies of the Royal Spanish Cycling Federation. Instead, the Spanish triathlon arises in the 70s with a more favorable competitive social environment for sportswomen, the first triathletes competing in unison with their male counterparts and considering it a transgressor and innovative sport with an increasing number of licenses (Ruiz, Salinero Banuelos and Sanchez 2008; Ruiz and Salinero, 2012), with a representation of 15% women in the governing bodies of the Spanish triathlon Federation.

With regards to cycling and Triathlon, most studies focus on physiological aspects (Ruiz et al. 2008), however, the interest in the social aspects of sport is increasing. (Atkinson, 2007; Brown y O'Connor 2007; Brown, O'Connor y Barkatsas, 2009; Cronan y David Scott, 2008; Garrard, 2003; Hendy y Boyer 1993; Lamont y Kennelly, 2012; Levy, 2002; O'Connor y Brown, 2007; Ruiz et al, 2012). The aim of this study was to determine and compare the psychosocial characteristics of Spanish under-license female cyclists and triathletes to establish some guidelines to improve their situation in competition sports.

MATERIAL AND METHODS

80 cyclists (28 years old \pm 9,4 years) from 14 territorial cycling federations and 126 triathletes (30 years old \pm 8 years) from 16 territorial triathlon federations took part in this descriptive study. All competitive cyclists and triathletes were selected from the junior category and have a Spanish Royal Cycling Federation or Spanish Triathlon Federation licence for 2010-2011.

They conducted a descriptive design through semi-structured questionnaires, and this instrument has proven to be the most used in this scientific field of descriptive sociology (García Ferrando , 2003). The construction process of the tool followed two routes: firstly a literature review on sociological questionnaires concerning the conditions of competition for the Spanish athletes (García Ferrando, 1987; Garrard, 2003; Ruiz et al, 2008) proposed by experts in the field from a brainstorm to define the variables under study.

Finally, after getting the approval from the committee of experts, two semi-structured questionnaires of 41 questions (38 closed, multiple-choice or dichotomous nature and 3 open) grouped in 7 dimensions with their respective variables were defined (see Table 1). The completion time needed, was approximately 45 minutes. The anonymity and the voluntary nature regarding the participation in the research were guaranteed in writing (letter of study),. Both questionnaires were sent to the cyclists and triathletes from the 19 territorial federations of each sport via e-mail, along with precise instructions on how to fill them in. We received a 75% response rate from the cyclists and 65% from the triathletes.

We used the statistics programme, SPSS 15.0 to process the data and calculate the descriptive statistics (frequencies and percentages), and to contrast the variables using the non-parametric Mann-Whitney U test in each case. A value of $p < 0.05$ was considered significant.

Table 1: Dimensions of the questionnaire and variables

Dimensions	Variables
Sociodemographic aspects	Age and category Profession and level of education of athletes Profession and level of education of cyclists/triathletes' mothers Socioeconomic status
Socializing agents	Social/family environment and sporting activity Family involvement in sports
Motivational aspects	Cyclists and triathletes' motivations to practice sports
Economic assistance for athletes	Type of grant/economic assistance
Sociopolitical aspects /gender discrimination	Opinion and assessment of the women and sport commission Opinion of the representation women in managing position Causes of discrimination against female cyclists/triathletes
Training aspects	Daily and weekly training
Problems related to competition sport	Issues of interest in improving sport

RESULTS

SOCIODEMOGRAPHIC ASPECTS

1.1. Age and categories

The average age of the triathletes who took part in the study, 30,10 years old ($\pm 8,06$), is higher than that of the cyclists, 28,76 years old ($\pm 9,42$), the first ones started sport competition when they were 21-18 years old and the second ones started sport competition when they were 16,18 years old. We found significant statistical differences in the "years of experience in competitive sports" variables ($p < 0.000$; 7,59 years for cyclists and 3,91 for triathletes). 36,3% of cyclists and 18,3% of triathletes live with their parents.

1.2. Level of education and profession of athletes

Although no significant statistical differences were found between cyclists and triathletes when it came to analyzing the "main occupation" and "work situation" variables, the "level of education" variable did show statistically significant differences with concerning studies completed or being carried out ($p < 0.000$).

42% of triathletes go to university whereas 27.5% of cyclists are in secondary school.

1.3. Level of education and profession of cyclists/triathletes' mothers

Although there were no statistically significant differences with regards to the "occupation" variable, there were significant differences when it came to the "level of education" of the athletes' mothers, ($p=0,091$). Indeed, although there is a high percentage of cyclists and triathletes' mothers with primary education (47,5% and 23,8% respectively), there is also a high percentage with a university education (26,2%).

Most cyclists' mothers are housewives (33,8%) or have occupations corresponding to mid-level executive entrepreneurs-employees (office employees (15%) and shop assistant or salesperson (11%). On the other hand, even though there is also a large proportion of housewives (27,8%), triathletes' mothers have occupations related with management and public administration of businesses (7,9%), have university level studies in teaching, medicine or biology (17,5%), or mid-level executive entrepreneurs-employees (office employees (15,1%)

1.4. Socioeconomic status

In terms of family socioeconomic status, there are statistically significant differences between the two groups of athletes ($p < 0.007$). 65% of cyclists and 57, 1% of triathletes are middle class, whereas 32, 5% of triathletes and 16, 3% of cyclists are more upper-middle class (see figure 1).

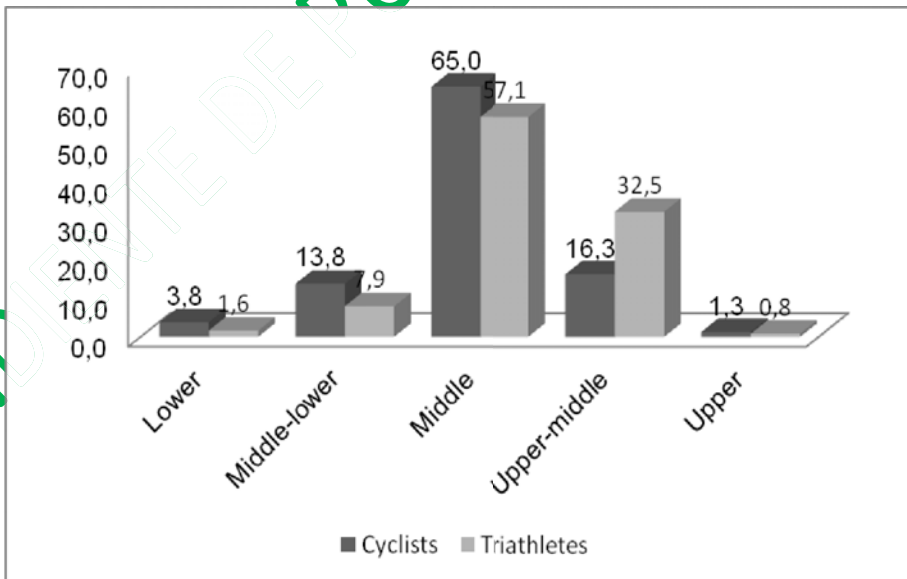


Figure 1. Sample's socioeconomic status expressed in percentages

2. SOCIAL AND FAMILY ENVIRONMENT WITH REGARDS TO COMPETITIVE ACTIVITY

2.1. Influencia del apoyo familiar en la práctica deportiva

The majority of cyclists and triathletes, 82, 5% and 77% respectively, were influenced by family when started to practice sports, moreover, 50% and 57.8% of cyclists and triathletes' relatives were involved in sport.

2.2. Family involvement in sports

In the cyclists' families, brothers/sisters (13,8%), father/mother (10%) and partner/spouse (7,5%) stand out, with the most practiced sports being cycling (20%), football (2,5%) and motorcycling (2,5%). They are mostly amateur, former amateur, or professional sportsmen and women.

In the triathletes' families, the brothers/sisters (12, 3%), partner/spouse (10, 7%) and father/mother (9, 5%) stand out. They mostly practice or used to practice football (4%), athletics (4%), swimming (3,4%), cycling (2,4%) or triathlon (2,4%) and are mostly amateur sportsmen and women (24,6%).

When it comes to socializing agents, there are statistically significant differences between the two groups of athletes ($p < 0.000$). While for cyclists the main socializing agents are their partner/spouse (28,8%), father/mother (17,5%) and friends/classmates (11,2%); for triathletes they are friends/classmates (22,2%), partner/spouse (15,9%) and partner/spouse-friends/classmates (4%). Moreover, they received considerable family support both at the beginning and in continuing the sport (see table 2).

Table 2. Cyclists and triathletes' initial and current family support in practicing sport, expressed in percentages

	Cyclists (n=80)		Triathletes (n=126)	
	Initially Mean (SD)	Currently Mean (SD)	Initially Mean (SD)	Currently Mean (SD)
Family support in practicing sports				
None	10	3.8	13.5	3.2
Little	23.8	21.3	21.4	23.8
Strong	18.8	20	28.6	23
Complete	47.5	55	36.5	50

Responsibilities hindering sports activity

Among the cyclists, those who stated that certain responsibilities hinder their practicing sports, most cited responsibilities related with: studies or work

(18,7%), or studies, work or household chores (10%). Among triathletes, the main responsibilities cited were: family related (11,1%) or studies, work or household chores (8,7%).

3. MOTIVATIONS TO PRACTICE SPORTS

Table 3 shows cyclists and triathletes' motivations to practice sports both at the beginning of their careers and at the moment. There are statistically significant differences between the two groups of athletes when it comes to their initial motivations related with: "to make friends, meet new people" ($p < 0.000$), "to win races and try to become a champion" ($p < 0,019$), "to show others what I'm worth" ($p < 0.028$), and "to please others" ($p < 0.014$). These differences are also noted in the same variables with regards to current motivations: "to make friends, meet new people" ($p < 0.033$), "to show other what I'm worth" ($p < 0,014$), and "to please others" ($p < 0.030$), with the exception of "to win races and try to become a champion" ($p = 0,216$).

Table 3. Cyclists and triathletes' motivations to practice sports

Motivations	Cyclists (n=80)		Triathletes (n=126)		Cyclists vs. Triathletes	
	Initially Media (SD)	Currently Media (SD)	Initially Media (SD)	Currently Media (SD)	Initially p	Currently p
To make friends	2.8(0.9)	3.1 (0,8)	2.4 (0.8)	2.8 (0.8)	0.000	0.033
To have fun	3.6 (0.5)	3.7 (0.5)	3.6 (0.6)	3.7 (0.5)	0.924	0.298
To win races and try to become a champion	2.2 (1.3)	2.3 (1.1)	1.8 (0.8)	2.1 (0.8)	0.019	0.216
To improve my physical aspect	2.4 (0.9)	2.5(0.9)	2.2 (0.8)	2.4 (0.8)	0.340	0.298
To improve my health	2.9 (0.8)	3.1 (0.8)	2.8 (0.9)	2.9 (0.9)	0.138	0.365
To show myself what I'm worth	3.0 (0.9)	3.1 (0.8)	2.9 (0.9)	2.9 (1)	0.420	0.310
To show others what I'm worth	2.2 (1)	2.1 (0.1)	1.8 (0.9)	1.8 (0.8)	0.028	0.014
To please others	1.7 (0.9)	1.7 (0.9)	1.4 (0.5)	1.5 (0.7)	0.014	0.030
To earn a living as a cyclist	1.4 (0.7)	1.5 (0.9)	1.2 (0.5)	1.3 (0.7)	0.069	0.279

Likert scale (1-4 in which 1= not at all important, 4= extremely important). $p < 0.05$

4. ECONOMIC ASSISTANCE FOR ATHLETES

86,3% of cyclists and 81% of triathletes do not receive any economic assistance or sports grant from the relevant sports institutions. Figure 6 shows the percentages of cyclists and triathletes who took part in the study, according to the type of assistance/grant they have. 68,8% of cyclists and 76% of triathletes do not receive income in the form of prizes or salary for competing in their

respective sports. Those who are remunerated do not earn more than 500 Euros a year.

5. SOCIOPOLITICAL AND GENDER DISCRIMINATION ASPECTS

5.1. Opinion and assessment of the women and sport commission

A high proportion of the sample, 87,5% of cyclists and 91,3% of triathletes, are unaware of the existence of the women's cycling and triathlon commissions. The cyclists who do know of them consider the quality their work bad/very bad.

5.2. Opinion of the representation of women in managing positions

There are statistically significant differences in terms of the sample's opinion on female athletes' involvement in sports management/administration ($p < 0.025$), with 80% of cyclists and 65,95% of triathletes feeling that they should be more involved.

It should also be noted that, as well as competing in their disciplines, 7,5% of cyclists and 11,9% of triathletes hold managing positions in the clubs they belong to. Another interesting point worth highlighting is that 8,8% of cyclists and 11,9% of triathletes take part in organising activities within their sports organizations.

5.3. Gender discrimination

Table 4 shows the causes of discrimination against women as put forward by the cyclists and triathletes who took part in the study. We found statistically significant differences in analyzing the sample on the basis of the "discrimination against women" variable, with 67,5% of cyclists and 33,4% of triathletes stating they feel discriminated against either in general or in specific areas, such as having fewer opportunities when it comes to competing, or in terms of remuneration.

6. Training

There are no statistically significant differences in terms of the number of hours per week spent training by Spanish female cyclists and triathletes: 11, 17 hours for the first and 11,05 hours for the latter. With an average training time of 5.5 days a week.

7. Problems related to competition sport

Table 4 shows a percentage distribution of sportswomen who previously expressed gender discrimination. Table 5 shows the percentage distribution of

sportswomen who had wanted to express problems or changes associated with their sport practice.

Table 4. Causes of discrimination against female cyclists and triathletes

Causes of discrimination against female cyclists/triathletes (%)	Cyclists (n=54)	Triathletes (n=43)
Inequality of selection criteria for championships	1.25	-
Lack of races in the year	2.5	-
Smaller prizes and lower salaries	15	3.4
Worse circuit time-tables and routes in races	3.75	10.31
Lack of representation in the media	1.25	5.6
Insufficient women's changing rooms	1.25	-
Combining of categories into one	3.75	0.8
Insufficient sports assistance and sponsoring	3.75	4.8
Low social recognition of female federated sports and gender discrimination	23.75	3.4
Lack of consideration for bicycle touring compared with competitive cycling	1.25	-
Lack of professionalism in female cycling	10	2
Sports equipment not adapted to women	-	3.1

PENDIENTE DE PUBLICACIÓN / IN PRESS

Table 5. Issues related with practicing sports

Problems in practicing sports (%)	Cyclists (n=57)	Triathletes (n=55)
Little social recognition/discrimination against women	10	4.8
Lack of support for federated “professional” cycling – international level	7.5	-
Risks associated with practicing competition sports (accidents and injuries)	1.25	7.5
Lack of safety on roads	7.5	3.2
Disappearance of women’s competitions due to a lack of female competitors	8.75	7.9
Incompatibility of motherhood with practicing competitive sports	6.25	3.2
Lack of time for training and competing	1.25	5.6
Poor organization of women’s competitions	2.5	1.6
Lack of economic assistance for both federated and amateur sports	5	1.6
Inequality of selection criteria for championships	3.75	
Inequality in general conditions compared to men	7.5	0.8
Insufficient promotion for and encouragement in cycling/triathlon in general	3.75	0.8
Insufficient media impact	1.25	0.8
Bad relations with colleagues	2.5	0.8
Lack of qualified sports doctors	1.25	-
Lack of competitions	1.25	-
Lack of structured training and tailor-made personal training		2.4
Incompatibility work-training	-	3.2
Drawback of reaching my goals and superseding myself in my sports discipline		2.4
Insufficiency of amateur triathlon and cycling through initiation tests		0.8
Insufficiency of female sports equipment and kit	-	0.8

DISCUSSION

Sociodemographic data

The average age of the triathletes who took part in the study, 30,10 years old ($\pm 8,06$), is higher than that of the cyclists, 28,76 years old ($\pm 9,42$) and they have less sporting experience (3,91 years vs. 7,59 years). This difference in terms of experience leads us to believe that triathletes who began competing in triathlons at a late age, around 26,18 years old already practiced and competed in one or two of the three triathlon disciplines as demonstrated in the studies of (Hendy & Boyer, 1993; Ruiz et al., 2008).

The cyclists and triathletes who took part in the study have a high level of education, most having completed or busy completing university studies. This is in line with the studies carried out by (Atkinson, 2007; Hendy y Boyer, 1993; Ruiz et al, 2008).

In terms of the social status, Spanish female cyclists and triathletes mostly come from the middle strata. This result coincides with other studies carried out with regards to high-level female athletes in which most participants were also middle class (Atkinson, 2007,2008; Ruiz et al, 2008).

Also, while the triathlete sample tends to be of upper-middle class, the cyclist sample tends to be lower-middle class. This demonstrates the more popular and therefore more accessible nature of cycling as a competitive sport compared with triathlon.

Social/family environment and sporting activity

The analysis of family influence on practicing sports showed that the cyclists and triathletes highly value the family environment surrounding them. However, an encouraging family environment is not always accompanied by the same social environment. Many of these athletes, in particular the cyclists, are not encouraged in their competitive activity by their social surroundings. This is mostly due to the lack of social recognition women's cycling receives and because of gender discrimination/oppression (see tables 4 and 5), leaving them to fight against social ideals, so family support is considered critical for the sportswomen to develop their competitive activity.

Our study, like those carried out by other authors (Fredriks y Eccles, 2005; Miller y Levy, 1996; Sallis, Prochaska y Taylor, 2000; Wuert, Lee y Alfermann, 2004), demonstrated that parents' roles as social agents in their children's sport practice, as well as brothers and sisters and partners and spouses in the case of triathletes.

Also, the athletes do not consider the cycling/triathlon coach/trainer as an influential socializing agent when they first start practicing the sport. This result contrasts with most studies analyzed in which the coach/trainer plays a fundamental role along with the parents in the athletes' initiation in competitive sport (García Ferrando, 1987; Ruiz et al., 2008).

MOTIVATIONAL ASPECTS

There are two opposing ways of understanding the practice of competitive sports. On the one hand, we have athletes who tend to see the sport in its recreational and instructive dimension which coincides with the amateur dimension; on the other hand we have those who opt for the professional dimension in which the sport is considered as "a means to reach a better

position in life, a profession like any other and a way of standing out and gaining notoriety" (Ferrando, 1987: 45).

Studying the results obtained, we see that a large majority of Spanish female cyclists and triathletes tend to see the recreational side of sport, even though the average number of hours spent training per week (11,17 hours for cyclists and 11,05 hours for triathletes), and the federated competitions they take part in all over the country and abroad, exceed the expectations corresponding to an amateur profile. This can be explained by the fact that the main motivations for beginning and continuing in competition sports deal with the recreational nature of the activity and with improving health and physical aspect ((Atkinson, 2007; Garrard, 2003; La Chausse, 2012; O'Connor y Brown, 2007, 2009; Ruiz et al, 2008).

In line with Ruiz et al. (2008), we found that many triathletes are drawn to the sport to get away from the monotony of their former sport (swimming, cycling, running), with triathlon providing a personal challenge and adventure.

Cyclists, on the other hand, point more towards the importance of variables related to competitiveness (see table 5). Despite this, competing with the aim of becoming a professional cyclist is not one of female cyclists' main motivations to practice the sport. This data contradicts other studies in which sport is considered in its entertaining and leisure dimensions, as a means of attaining social and economic rewards (Henry y Boyer, 1993; Levy, 2002).

Spanish sportswomen do not consider their national model of competition sports well organized, with consideration (level of social and economic rewards for performance) in line with their competitive activity. They therefore do not choose to become professional cyclists or triathletes, preferring to practice their sport in an amateur capacity and work in areas related with their studies.

Aspects of sports politics

The sporting activity of these Spanish sportswomen could be classified as being a "part-amateur profile with a competitive tendency". That is to say they are not professional athletes who receive a salary, the vast majority not receiving any economic assistance or sports grant to compete. Both groups of sportswomen, and in particular the cyclists, also feel male cyclists have better conditions. Nowadays, in Spain, competition female cycling only has two professional teams UCI. Although they compete in the same category of professional cycling, they only have sport sponsorship grants, and they are not paid like the Spanish male teams UCI which are at the same professional level. On the other hand, female triathletes have the same organizational structure in their sport as the male triathletes showing more self-confidence and equal conditions in competitions compared with male triathletes (Henry y Boyer, 1993).

In regards to specific aspects of discrimination, 23,75% of female cyclists cite a series of situations, saying there is total discrimination against women in cycling

and that they receive little social recognition. Triathletes, on the other hand, pinpoint inequality in organizational aspects of races and the lack of publicity women's triathlon receives in the media.

Another point to be highlighted in regards to female representation in the federation is that the athletes are not aware of the initiatives in place by the women and sports commissions of both sports federations to promote women's cycling/triathlon. On top of this, cyclists do not consider their role highly as they feel under-represented by the body. A vast majority feel their involvement in federative entities and sports clubs/teams they belong to, in managerial or decision-making positions, is very important in improving their situation within competition sports. Nevertheless, according to statistical data of CSD 2013, both sports federations do not currently follow the International Olympic Committee's recommendations on incorporating women into managerial positions in federations (Gil & Robles, 2007).

CONCLUSIONS

The results previously presented make it evident that women's triathlon and cycling face the same issues as Spanish women's competition sport, due to the lack of economic assistance to compete in sports, low levels of social recognition these athletes receive and the discrimination they are subjected to. The sporting behavior, motivations, socializing agents, opinions and problems mentioned by the cyclists are almost the same as those mentioned by Spanish female triathletes, except that the latter are not subjected to as much discriminatory treatment as their cyclist colleagues.

After having analyzed the socio-sporting profile and sports related situation of Spanish female cyclists and triathletes, we believe it is necessary, among other measures, to change sports politics in federations by increasing the number of female members of their boards of directors and in managerial positions. This would enable the sportswomen to identify more closely with their managing teams. Both women's cycling and triathlon commissions should promote themselves by disseminating their plans of action among the athletes.

With regards to gender equality policies, initiatives to minimize inequality between men and women must be adopted, For example, the regulations should be entirely adhered to in all sports competitions; women's sporting achievements should receive more coverage and be more widely disseminated in both sports federations; comprehensive compliance regulations in all sports competitions and measures to reconcile work and family personal life.

REFERENCES

Alfaro, E. Vázquez, B. Gallardo, J. Ferro, S. (2012). Mujeres en puestos de responsabilidad dentro de las organizaciones públicas deportivas de la comunidad de Madrid. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15, 40-53.

- Atkinson, M. (2007). Playing with fire: Masculinity and exercise supplements. *Sociology of Sport Journal*, 24, 165–186.
- Atkinson, M. (2008). Triathlon, suffering and exciting significance. *Leisure Studies*, 27:2, 165-180.
- Brown, T. O'Connor, J. (2007). Real Cyclists don't race, Informal Affiliations of the Weekend Warrior. *International Review for the Sociology of Sport*, 42, 83–97.
- Brown, T. O'Connor, J. & Barkatsas, A. (2009). Instrumentation and motivations for organised cycling: The development of the Cyclists Motivation Instrument (CMI). *Journal of Sports Science and Medicine*, 8, 211–218.
- Crolley, L & Tesso, E. (2007). Gendered narratives in Spain: the representation of female athletes in marca and el país. *International Review for the Sociology of Sport*, 42/2; 149–166.
- Cronan, M.K & David Scott, D. (2008) Triathlon and Women's Narratives of Bodies and Sport. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 30:1, 17-34.
- Conesa, JM. (1977). Las mujeres ya pueden competir El País, 13 de abril de 1977. Url: http://elpais.com/diario/1977/04/13/deportes/229730402_850215.html
- Consejo Superior de Deportes. (2013). Anuario de estadísticas deportivas de 2013. Subdirección General de Estadística y Estudios. Ministerio de Educación Cultura y Deporte.
- Fredriks, J.A. & Eccles, J, S. (2005) Family Socialization, Gender, and Sport Motivation and Involvement. *Journal of Sport Exercise Psychology*, 27, 3-31.
- García Ferrando, M. (2003). La encuesta. El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación. Madrid. Alianza.
- García Ferrando, M. (1987) La mujer en el deporte de alta competición: conflicto de roles y adaptación al modelo deportivo dominante. El caso del atletismo español, en publicaciones de Mujer y Deporte, Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer, 21-51.
- Garrard, J. (2003). Healthy revolutions: promoting cycling among women. *Health Promotion Journal of Australia*, 14(3), 213-215.
- Hendy, H. & Boyer, B. (1993). Gender differences in attributions for triathlon performance, *Sex roles*, 29, 527-543.
- Izquierdo Mazcón, E. & Gómez Alonso, M.T. (2001). La difícil incorporación de la mujer española a la locura velocipédica del siglo XIX, *Revista Digital*, año 7, no. 43. Url: www.efdeportes.com.
- La Chausse, R (2012). Motives of competitive and non competitive cyclists, *Journal of Sport Behaviour*, 29 (4), 304-313.
- Levy, S.S. (2002). Women and the personal meaning of competition: A qualitative investigation. *Women's Sport and Physical Activity Journal*, 11, 107.
- López, P. (2011). Deporte y Mujeres en los medios de comunicación. Recomendaciones y sugerencias. *Consejo Superior de Deportes*, Madrid.
- Manrique Arribas, J.C. (2003). La Educación Física femenina y el ideal de mujer en la etapa franquista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10, 83-100.
- Lamont, M & Kennelly, M. (2012). A Qualitative Exploration of Participant Motives Among Committed Amateur Triathletes. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 34:3, 236-255.

- Miller, J.L. & Levy, G.D. (1996). Gender role conflict, Gender Typed Characteristics, Self-Concepts and Sport Socializations in Female Athletes and Non-athletes. *Sex roles*, 35, 1-2.
- O'Connor, J.P. & Brown, T.D. (2007). Real cyclists' don't race: informal affiliations of the weekend warrior. *International Review for the Sociology of Sport* 42(1), 83-97.
- Peyró Santana (2002). Las Mujeres en la Dirección, Gestión y Organización de la alta competición Deportiva. Las mujeres en la alta competición deportiva (pp 129-148). Madrid: Ministerio de Educación Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes.
- Puig, N. & Soler, S. (2004). Mujer y deporte en España: Estado de la cuestión y propuesta interpretativa, *Apunts: Educación Física y Deportes*, 76, 71-78.
- Robles, F. & Escobar, K. (2007). Mujeres en los órganos de gobierno de las organizaciones deportivas españolas 2002-2006. Comisión Mujer y Deporte, Madrid: Comité Olímpico Español.
- Ruiz T, G. Salinero Martín, J. J. & Sánchez Bañuelos, F. (2008). Valoración del perfil sociodemográfico en el triatlético: el ejemplo de Castilla la Mancha: Nivel de implicación y entorno. *Apunts*, 92, 5-14.
- Ruiz T, G. & Salinero Martín, J. J. (2012). Psycho-social factors determining success in high performance triathlon: compared perception in the coach-athlete, *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*, 3, 865-880.
- Sallis, J.F, Prochaska, J.J. & Taylor, W.C. (2000) A review of the correlates of physical activity of children and adolescents, *Medicine and Science in Sport and Exercise*, 32, 963-975.
- Solano, E. (2002). La alta competición femenina y los medios de comunicación. Las mujeres en la alta competición deportiva .Madrid: Ministerio de Educación Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes, 105-109.
- Vazquez, B.; Bastanchuri, E. & Fernández Heyden, N. (2002). El acoso sexual en el deporte de competición. Las mujeres en la alta competición deportiva. Madrid: Ministerio de Educación Cultura y Deporte. Consejo Superior de Deportes, 87-104.
- Wuerth, S., Lee, M.J. & Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athlete's career in youth sport, *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 21-23.
- Zubiaurre, M. (2010). Velocipedismo sicalíptico: erotismo visual, bicicletas y sexualidad importada en la España finisecular. *Journal of Iberian and Latin American Studies*, 13, 217-240.

Nº de citas totales/Total references: 33 (97%)

Nº de citas propias de la revista /Journal's own references: 1 (3%).

Historia del ciclismo español de competición

Leruite, M., Martos, P., & Zabala, M. (2014)

Departamento de Educación Física
Facultad de Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

REVISTA ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO HUMANO



HISTORIA DEL CICLISMO ESPAÑOL DE COMPETICION THE HISTORY OF SPANISH FEMALE COMPETITIVE CYCLING

M^a Teresa Leruite C. ¹Pilar Martos F.² Mikel Zabala D.³

¹ Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). leruite@correo.ugr.es.

² Profesora Doctora. Titular de Universidad. Departamento de Sociología. Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Granada. pmartos@ugr.es.

³ Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mikelz@ugr.es.

RESUMEN

Las ciclistas españolas han tenido que superar durante décadas el retraso social y cultural acumulado con respecto a otros países europeos y luchar contra los estereotipos asociados al género. En este artículo se analiza cómo las ciclistas españolas tuvieron que superar los principios higiénico morales del siglo XIX que les vetaba su participación deportiva y la etapa franquista donde su papel estaba supeditado a una ejercitación física sujeta a la sección femenina del franquismo que instaba a no romper con los estereotipos asociados a feminidad y alejaban a la mujer de su cometido como madre y esposa. Es a partir de 1977 cuando empiezan a competir oficialmente las primeras ciclistas. Sin embargo, actualmente a pesar de la evolución social y cultural de las deportistas españolas es inédito cómo el ciclismo femenino español de competición sigue estando infrarrepresentado e infravalorado en la sociedad española, ya que es nula la participación de las mujeres en los órganos de administración de la Real Federación Española de Ciclismo, el escaso número de licencias federativas en comparación con las licencias masculinas de ciclismo y la inexistencia de equipos femeninos españoles que puedan considerarse profesionales.

PALABRAS CLAVE: ciclismo femenino, competición, locura velocípeda, perspectiva de género.

ABSTRACT

For decades, Spanish cyclists had to overcome cumulated social and cultural backwardness and fight against gender stereotypes. This article discusses how the Spanish females cyclists had to overcome in the early nineteenth century the hygienic and moral principles that vetoed their sport participation. Franco

Regimen's Sección Femenina banned all the sports which break stereotypes associated with femininity and kept women away from their main interest of being good mothers and wives. It was in 1977 when the first women racing cyclists started officially. However, in spite of social and cultural development of the Spanish sportswomen, the Spanish female cycling is underrepresented and undervalued in Spanish society. The percentage of female license is scarcely compared to the percentage of men's, there is no female representation in the governing bodies of the Spanish Cycling Federation and there is no Spanish female professional cycling teams.

KEYWORDS: Spanish cycling, competition, velopedism boom, gender perspective.

Introducción

El objetivo del siguiente artículo es analizar la evolución sociocultural de la mujer ciclista española, desde que irrumpió la locura velocípeda en España a finales del siglo XIX hasta la actualidad. En una primera parte vamos a analizar cómo la introducción del velocípedo a finales del siglo XIX supuso para la mujer española al igual que en el extranjero un símbolo de emancipación sociopolítica y una ruptura con los estereotipos dominantes de la época reforzados por las consideraciones morales y médicas que desaconsejaban su práctica agonística, considerando a la mujer como el "sexo débil" y la práctica competitiva del ciclismo como poco femenina e inapropiada para las mujeres (Izquierdo y Gómez, 2001, 2002; Zubiaurre, 2010). Posteriormente, en la etapa republicana española se va a producir la apertura de la mujer a las diferentes disciplinas deportivas alentada por el clima político democratizador de la época (García Ferrando, 1987), que da lugar al desarrollo de las primeras competiciones ciclistas femeninas al unísono que otros deportes por el territorio español. No obstante, con la llegada del franquismo se comprobará el determinismo al que se ve obligada la mujer de esta época según ciertos estereotipos fundamentados en las sumisión al hombre, inferioridad intelectual y fragilidad (Manrique Arribas, 2003). Mediante los razonamientos morales y científicos que marcan las diferencias fisiológicas del cuerpo masculino con respecto al femenino, se conviene qué

trabajo físico es adecuado a la mujer y al hombre, considerándose el ciclismo un deporte exclusivamente masculino y por ende impropio y prohibido para la mujer española suspendiéndose las competiciones ciclistas femeninas en todo el territorio nacional que venían desarrollándose en la etapa republicana, quedando la ejercitación física de la mujer relegada a la instrucción de la Sección Femenina de la Falange. No es hasta el proceso de transición democrática iniciado en 1975 cuando se propicia el debate de género en la esfera pública, facilitándose el acceso de las mujeres a todas las esferas de la escena deportiva, compitiendo por primera vez oficialmente las primeras ciclistas femeninas en la Real Federación Española de Ciclismo (Conesa, 1977).

No obstante, a pesar de que las ciclistas empiezan a competir en territorio nacional e internacional cosechando numerosos éxitos deportivos a escala internacional, la ciclista española se ve obligada a emigrar para poder dedicarse en exclusiva al ciclismo femenino. Actualmente, el panorama actual del ciclismo femenino español de competición no es muy confortador, ya que sólo existen dos equipos ciclistas femeninos españoles en la Unión Ciclista Internacional (UCI), la presencia de la mujer en los puestos de dirección de la Real Federación Española de Ciclismo (RFEC) es prácticamente nula, el número de licencias femeninas es muy inferior respecto a la licencias

masculinas y las ciclistas se ven sometidas a tratos discriminatorios y condiciones de inferioridad respecto a sus homólogos varones (Leruite, Morente Sánchez, Martos, Girela & Zabala). Esta condición del ciclismo femenino español contrasta con las iniciativas de la UCI de incluir a más mujeres en sus puestos directivos e iniciativas como la firma de una petición popular dirigida a la empresa organizadora del Tour de Francia promovida por las mejoras ciclistas del panorama mundial y que dio como resultado finalmente este año 2014 las ciclistas compitieran su primera etapa de la Grande Boucle Féminine Internationale el mismo día que se conoraba al ganador del Tour de Francia masculino en los Campos Eliseos, evento que no ocurría desde 1984 y que es un buen síntoma de la inclusión y avance de la ciclista en el ciclismo de competición.

Incorporación de la mujer Española a la locura velocípeda del siglo xix.

La incorporación de la mujer a la locura velocípeda en España a finales del siglo XIX supuso un símbolo de emancipación socio-política al igual que en el resto de países donde el velocípedo irrumpió con fuerza en la vida de las mujeres, no sólo como un nuevo instrumento que permitía un tipo de ocio recreativo sino también una mayor autonomía, ruptura con los estereotipos hegemónicos de la época y la libre movilidad de la mujer hasta entonces muy limitada a los espacios asignados según su estrato social. Tal es el impacto que tuvo la bicicleta que la sufragista estadounidense y líder del movimiento de los derechos civiles Susan B. Anthony resumía en 1896 la revolución que el velocípedo había supuesto en la vida de las mujeres. *"Permitirme que os diga lo que pienso sobre la bicicleta. Pienso que ha hecho más por emancipar a la mujer que cualquier cosa el mundo. Me paro y me alegra cada vez que veo a una mujer sobre ruedas"*(Macy, 2011).

Sin embargo, el acceso de la mujer española a la bicicleta fue muy desigual respecto a sus homólogos varones y dista de la acogida que tuvo lugar en otros países (Izquierdo y Gómez, 2001). Mientras que en España proliferaron las primeras sociedades ciclistas exclusivamente masculinas constituidas en los principales municipios con mayor arraigo ciclista y tuvieron lugar los primeros campeonatos de España de pista y velocidad (Izquierdo y Gómez, 2002) la escasa presencia de la ciclista española quedó relegada en el espacio público a paseos en compañía de su marido o de familiares varones. El ciclismo femenino en el extranjero al contrario que en España tuvo gran acogida en algunos países como Francia, Inglaterra y Estados Unidos, apareciendo por primera vez revistas especializadas de ciclismo femenino, clubes exclusivamente para mujeres y las primeras competiciones femeninas. La primera carrera ciclista femenina de la historia se celebró en Burdeos de 1896, apareciendo el primer club ciclista femenino de la historia "All-female Atalanta" en Christchurch en 1892.

Los clubes ciclistas femeninos fomentaron la relación interpersonal entre ciclistas como espacio de encuentro y solidaridad, asesorando a las mujeres sobre temas de diversa índole como el código de vestimenta de la época u organización de paseos en bicicleta (Simpson, 1998). En España, las escasas mujeres burguesas, aristócratas o en menor medida de clase media que contaban con la independencia necesaria se afiliaron a las asociaciones velocipédicas masculinas. En Francia, Estados Unidos e Inglaterra empezaron a discurrir las primeras carreras ciclistas femeninas en velódromos e incluso de resistencia por etapas de seis días. Las ciclistas francesas profesionales ganaban dinero y gozaban de más privilegios en comparación con el resto de ciclistas de otros países.

En el resto de países estaba vetada la competición, principalmente por las consideraciones morales y médicas que

desaconsejaban su práctica agonística, considerando a la mujer como el "sexo débil" y la práctica competitiva del ciclismo como poco femenina e inapropiada para las mujeres. Las carreras ciclistas femeninas lejos de asemejarse a las masculinas en cuanto a su profesionalidad se configuraban como espectáculos recreativos asociados a ferias, espectáculos acrobáticos o reuniones sociales.

Las objeciones médicas basadas en la evidentes diferencias biológicas y anatómicas entre ambos sexos sirvieron de determinante de los prejuicios, estereotipos y falsas concepciones que frenaron la ejercitación física de las mujeres en el ciclismo. Incluso, la libertad que impuso el velocípedo se vinculó a la promiscuidad, impudor y fuerte deseo sexual de la mujer velocípeda (Simpson, 2001; Zubiarre, 2010). En España, aunque los periódicos fueron cautelosos a la hora de abordar la figura de la mujer en el ciclismo sólo tenemos constancia de algunas mujeres pioneras en el ciclismo que se atrevieron a desobecer los cánones sociales imperantes como la ciclista gallega Gloria Pontanari, cuya afición fue fomentada por su propio padre Atilio Pontani, incentivando ambos la primera manifestación deportiva pública con el objetivo de incentivar esta práctica entre las mujeres (Dominguez,2009). Asimismo, ocho corredoras consideradas profesionales al existir premios en metálico participaron de forma anecdótica en carreras organizadas en 1897 en los cicloergómetros de Madrid, compitiendo posteriormente en Sevilla, aunque estas competiciones contaron con la incomprensión y censura de la sociedad del momento (Izquierdo y Gómez, 2001).

Mujer, modernidad, emancipación y primeras competiciones ciclistas femeninas en España (1920-1936).

Durante los años veinte y treinta del siglo XX la incorporación de la mujer española a la práctica deportiva fue prácticamente análoga a la de las mujeres europeas (García Ferrando,1987). Por

primera vez se produjo en el ámbito competitivo la participación femenina española en los Juegos Olímpicos de verano en París (1924) y de invierno Garmisch (1936) de las deportistas Lili Álvarez en tenis y Margarita Torres en esquí. El impulso al deporte femenino vino alentado por los derechos que obtuvieron las mujeres durante la Segunda República que obedecieron a la lógica de la instauración de un régimen democrático y a las demandas del movimiento feminista, muy activo desde la década de 1920. Las competiciones femeninas en España y la presencia pública de las practicantes en el deporte se multiplicó en modalidades consideradas estrictamente masculinas como el ciclismo. Las ciclistas pasan del desafío de montar en bicicleta a competir en el espacio público con la ropa precisa para hacerlo, a la par que su presencia se hace más habitual en el entramado asociativo, no solo en el que atañe de forma exclusiva a su género sino participando en asociaciones mixtas en las que son aceptadas por su valía deportiva.

Por primera vez aparecen las primeras competiciones ciclistas femeninas al unísono que la vuelta ciclista a España 1978 pero su calendario se limitaba a escasas carreras en Madrid y Valencia. La primera carrera se celebró en Madrid por el Club Ciclista Ventas sobre un recorrido de 22 km y la primera clasificada fue Angelita Torres, convirtiéndose en la primera ciclista en ganar una carrera femenina en España. Posteriormente el club Chamartín de la Rosa y el Club Ciclista Ventas organizaron pruebas ciclistas femeninas sobre recorridos de 15 y 22 km llegando primera a línea de meta Faustina de Valladolid (Figura1) seguida de Angelita Torres. Ambas ciclistas pueden ser consideradas como las pioneras del ciclismo femenino competitivo en España.



Figura 1. La ciclista española Faustina de Valladolid.

La ruptura franquista con el ciclismo femenino español de competición (1936-1975).

Con la llegada de la Guerra Civil Española (1936-1939) se suspendieron todas las carreras ciclistas femeninas al considerarse el ciclismo de competición impropio para la mujer española cuya ejercitación física estaba sujeta a los preceptos del nuevo régimen franquista y a la Sección Femenina del Franquismo (Conesa, 1977; Rabazas, 2000). Por consiguiente, todos los deportes masculinos que rompieran con el ideal de feminidad y no tuvieran como objetivo la finalidad eugenésica de la mujer y el desempeño del rol familiar como madre y esposa fueron suprimidos (Manrique Arribas, 2003). En los estatutos de la Unión Velocipeda Española creada en 1895 y todavía en vigor en la etapa franquista se recogía concretamente en el artículo 171 referido al ciclismo femenino lo siguiente:

"Todas las carreras para mujeres están prohibidas bajo pena de multa o suspensión, exceptuándose cuando se trate de festivales o de pruebas de carácter social" (Zitter, 1979, p.213).

En cambio, sí que existía una licencia para pruebas sociales que era la única a la que podían tener acceso las ciclistas femeninas españolas. Las ciclistas que querían practicar ciclismo a nivel institucional se veían obligadas a agruparse en los clubes cicloturistas, organizados por la Comisión Nacional

Cicloturista, que podía organizar excursiones, pero nunca competiciones. La situación del ciclismo internacional era bien distinta, por primera vez en el año 1955 tuvo lugar el primer Tour de Francia femenino y el primer campeonato del mundo femenino en línea en la localidad francesa de Reims en 1958. No obstante, hubo ciclistas españolas que ante la falta de oportunidades del ciclismo femenino en España decidieron competir en carreras en el extranjero. Las ciclistas Montserrat Torres y Mercedes Ateca, española afincada en París, compitieron en el Campeonato Mundial de Ciclismo Femenino que se disputó en 1978 en la República Federal de Alemania. Mercedes Ateca llegó en el puesto cincuenta y tres y Montserrat Torres en el cincuenta y cinco.

Transición democrática y primeros éxitos del ciclismo femenino español de competición (1975-2000).

El proceso de transición política iniciado en 1975 propició el debate de género en la esfera pública, facilitándose el acceso de las mujeres a todas las esferas de la escena deportiva. En el ciclismo femenino tras la celebración de los campeonatos de mundo femeninos de línea de 1965 en Lasarte y en 1973 en Barcelona, las ciclistas españolas hicieron un petición a la RFEC con el objetivo de poder competir. Finalmente, el 24 de Marzo de 1977 se creó la licencia femenina en España y empezaron a competir oficialmente las primeras ciclistas, organizándose pruebas que hasta este momento estaban prohibidas (Conesa, 1977). Tienen que pasar 44 años para que se celebre el primer Campeonato de España femenino que tuvo lugar el 5 de Agosto de 1977 en Zaragoza, y solo participaron 10 corredoras. La ganadora fue Mercedes Ateca (Figura 2) que se proclamó la primera Campeona de España oficial de ciclismo, ganando este título tres veces consecutivas y representando a España en pruebas internacionales logrando numerosos triunfos en Holanda, Francia, Suiza y Luxemburgo.



Figura 2. La ciclista Mercedes Ateca,^{1ª} Campeona de España de ciclismo (Imagen de archivo)

En los años 1980 y 1990 empezaron a proliferar las carreras ciclistas femeninas por el territorio internacional. Por segunda vez consecutiva tuvo lugar en 1989 el Tour de Francia femenino interrumpido desde 1955, la primera edición del Giro de Italia Femenino en 1988 y cambios en el reglamento en el campeonato del mundo de pista incluyendo la contrarreloj femenina sobre una distancia de 50 km y en 1994 la contrarreloj individual femenina abierta a equipos profesionales. Una de las primeras carreras femeninas del estado español fue la Emakumeen Euskal Bira, que empezó en 1988 y finalmente en 2004 pasó a ser profesional. Por entonces, la escasez de equipos ciclistas femeninos españoles a nivel competitivo y la precaria situación del ciclismo femenino español empujaron a varias ciclistas españolas a emigrar principalmente a Italia, donde los equipos ciclistas femeninos podían considerarse semiprofesionales aunque lejos de los privilegios de los que gozaban los masculinos. En el año 2000 por primera vez una ciclista española subía a lo más alto del pódium en el Tour de Francia. La ciclista vasca Joane Somarriba (Figura 3) completó un palmarés hasta entonces inédito en el deporte femenino (, ganó tres veces el Tour de Francia (2000, 2001 y 2003), subió hasta el primer escalón dos veces en el Giro d'Italia (1999 y 2000) y conquistó dos medallas en los mundiales de ciclismo de contrarreloj (2003 y 2005). Sin duda, las victorias de la ciclista vasca ayudaron a que el ciclismo femenino saliera de su

anonimato y se diera a conocer en la sociedad española. Tal y como relata la prensa deportiva: " Y es así porque ha conseguido lo que hasta ahora pocas mujeres a excepción de las tenistas, han logrado: acaparar las portadas de los medios de comunicación por sus logros deportivos. Aunque para ello haya tenido que luchar contra dos corrientes: sus rivales deportivas y la cultura social, ciertamente irrespetuosa con el sacrificio de algunas deportistas" Izquier Gorospe (Canal Euskadi TV).



Figura 3. Joane hace el número 3 con los dedos al conseguir su tercer tour de Francia en 2002. (Leonardo Antoniadis/El Mundo)

Otras ciclistas españolas también marcaron hito en el ciclismo femenino al representar a España tanto en Juegos Olímpicos como en Campeonatos del Mundo como Dori Ruano, campeona del mundo en pista en la modalidad de puntuación en Bourdeaux en 1988 y Margarita Fullana pentacampeona del mundo de la especialidad mountain bike y medallista de bronce en los Juegos Olímpicos de Sydney.

Ciclismo femenino en la actualidad, luces y sombras (2000-2014)

En España el ciclismo femenino español no ha seguido la progresión de los años 90, salvo en algunas competiciones puntuales como el bronce logrado por la ciclista vasca Leyre Olabarria en puntuación en los Juegos Olímpicos de Pekín 2008, empeorando hasta el

punto de no tener representación española en las carreras de ruta de los Juegos Olímpicos de Londres de 2012, en los cuales participaron un total de 135 mujeres deportistas, superando por primera vez a los deportistas españoles en el medallero consiguiendo 11 medallas para la delegación española, siendo bautizados estos juegos como "Los Juegos de las Mujeres".

Según los datos estadísticos del Consejo Superior de Deportes (CSD, 2014), en la actualidad el porcentaje de licencias femeninas de ciclismo a nivel nacional es apenas de un 4% en comparación con el porcentaje de masculinas 96% y la representación de la mujer en los órganos de gobierno de la RFEC es apenas de un 6,3%, no existiendo ninguna mujer presidenta de las federaciones territoriales de ciclismo. Este dato se aleja de las recomendaciones del Comité Olímpico Internacional en su conferencia de Roma de tener una cuota de al menos un 20% para el año 2005 de mujeres en los puestos directivos de las organizaciones deportivas (Alfaro, Vázquez, Gallardo, Ferro, 2012). Si tenemos en cuenta a las deportistas en el Plan de Deportistas de Alto Nivel (ADO) sólo existen 3 ciclistas españolas frente a 10 ciclistas españoles.



Figura 4. Ciclista del equipo ciclista español Lointek (archivo equipo Lointek team)

De los 34 equipos femeninos con licencia UCI a nivel mundial, en España sólo existen actualmente 2 equipos femeninos profesionales, Bizcaia- Durango y Lointek (Figura 4), aunque éstos a diferencia de los equipos masculinos españoles no se rigen por el convenio colectivo del ciclismo profesional al no existir una relación contractual laboral con las ciclistas (Leruite et al, 2014). Los principales países que cuentan con una gran número de equipos femeninos en sus filas son Italia, Holanda, Francia y Estados Unidos. Actualmente, las ciclistas españolas se encuentran integradas dentro de la problemática asociada a la escasez de ayudas económicas existentes para la práctica del ciclismo competitivo, escasez de competiciones en la calendario nacional, premios inferiores, baja consideración social y las situaciones de discriminación por razón de género a las que se ven sometidas (Leruite et al, 2014). Aunque el ciclismo femenino a nivel mundial sigue estando infravalorado por la sociedad y tiene poca repercusión mediática en los medios de comunicación, desde la UCI se están promoviendo acciones para mejorar la situación de la ciclista en el deporte. Así, en 2013 la UCI incorporó por primera vez dentro del máximo organismo federativo del ciclismo una comisión de ciclismo femenino. Además, iniciativas como la firma de una petición popular dirigida a la empresa organizadora del Tour de Francia promovida por las mejores ciclistas del panorama mundial como Marianne Vos y Emma Pooley con el objetivo de aunar la Grande Boucle Féminine Internationale con el Tour de Francia Masculino ha dado sus frutos, compitiendo las ciclistas su primera etapa de la Grande Boucle Féminine Internationale el mismo día que se conoraba ganador del Tour de Francia masculino en los Campos Elíseos.

Conclusiones

Para concluir, podemos decir que aunque en sus inicios la introducción de la bicicleta supuso

al igual que en el resto de países una liberación de la mujer española de los estereotipos fuertemente arraigados de su época, en general la situación de la mujer en el ciclismo ha sido claramente desigual respecto a sus homólogos varones a lo largo de la historia del ciclismo en España. Salvo en contadas ocasiones, como las ciclistas que desafiaron los arbitrios de su época emigrando a otros países en busca de oportunidades para dedicarse al ciclismo de que duró el régimen franquista. Posteriormente, tras la transición democrática española a pesar de la incorporación de la deportista a todos los sectores del deporte en España, incrementándose la participación femenina y los logros deportivos especialmente en los últimos Juegos Olímpicos de Londres de 2012, la ciclista española sigue encontrando muchos obstáculos que limitan su desempeño del ciclismo de competición en igualdad de condiciones que los hombres ciclistas. Esto es debido principalmente a la inercia y tradición machista del ciclismo femenino en España, que

lo separa del resto de las disciplinas deportivas en cuanto a la equiparación de sexos. competición, el resto de mujeres españolas no tuvo la oportunidad ni el acceso al ciclismo, debido a las consideraciones morales y supuestos científicos médicos que vetaron su participación deportiva en este deporte por considerarlo un "deporte masculino" y alejado del concepto del ideal de mujer durante los años. Consideramos necesario realizar iniciativas tendentes a minimizar las desigualdades entre géneros tales como el cumplimiento exhaustivo del reglamento en todas las competiciones deportivas, incremento del número de ayudas económicas a las deportistas, mayor cobertura, difusión y calidad de tratamiento a los éxitos del ciclismo femenino de competición en los medios de comunicación y la inclusión de más mujeres en puestos de responsabilidad y gestión de la RFEC.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfaro, E. Vázquez, B. Gallardo, J. Ferro, S. (2012). Mujeres en puestos de responsabilidad dentro de las organizaciones públicas deportivas de la comunidad de Madrid. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15, 40-53.
- Conesa, JM. (1977). Las mujeres ya pueden competir. El País, 13 de abril de 1977. Url: http://elpais.com/diario/1977/04/13/deportes/229730402_850215.html
- Consejo Superior de Deportes (2014). Anuario de estadísticas deportivas de 2014. Ministerio de Educación cultura y deporte.
- Domínguez, A.(2009). Historia social do deporte en Galicia (1850-1920).Vigo. Galaxia, p. 247.
- García Ferrando, M. (1987). La mujer en el deporte de alta competición: conflicto de roles y adaptación al modelo deportivo dominante. El caso del atletismo español, en publicaciones de Mujer y Deporte, Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer, 21-51.
- Izquierdo Mazcón, E., & Gómez Alonso, M. T. (2001). La difícil incorporación de la mujer española a la locura velocipédica del siglo XIX', *Revista Digital*, año 7, nº 43.
- Izquierdo Mazcón, E., & Gómez Alonso, M. T.(2002). Los orígenes del ciclismo de competición en España. *Revista de Educación Física y Deportes*, año 53, nº4. Consejo General de Colef y Cafd.



Leruite, M., Morente Sánchez, J., Martos, P., Girela, M.J., & Zabala, M. (2014) Analysis of the sporting context of Spanish female competitive cyclists and triathletes. *Internacional Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*. In press, URL: <http://cdeporte.rediris.es/revista/impres/artanalisis743e.pdf>.

Maci, S.(2011). Wheels of change. How women Rode the bicycle to freedom (with a few flat tires along the way).Washington DC. National Geographic.

Manrique Arribas, J.C. (2003). La Educación Física femenina y el ideal de mujer en la etapa franquista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*,10, 83-100.

Rabazas, T. (2000).La educación física del magisterio femenino en el franquismo. *Revista Complutense de Educación*, 2, 167-198.

Simpson, C. (2001) 'Respectable identities: New Zealand nineteenth-century "new women"on bicycles!', *International Journal of the History of Sport*,18, 2, 54–77.

Simpson, C.(1998). A Social History of Women and Cycling in Late Nineteenth Century. Lincoln University. New Zeland.

Zitter, A (Ed.). (1979). *Ciclismo deportivo carretera y pista* (4a Ed.). Le Fonts de Terrassa, Barcelona: Sintes, S.A.

Zubiaurre, M. (2010). Velocipedismo sicalíptico: erotismo visual, bicicletas y sexualidad importada en la España finisecular. *Journal of Iberian and Latin American Studies*, 13, 217-240.

Analysis of gender policies of the Spanish cycling and triathlon federations from the point of view of representative athletes and expert technicians

Leruite, M. (2014)

Departamento de Educación Física
Facultad de Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

JOURNAL OF SCIENCE AND CYCLING

Analysis of gender policies of the Spanish cycling and triathlon federations from the point of view of representative athletes and expert technicians

Mayte Leruite ¹✉

Abstract

The Spanish National Sports Council, through its program "Women and Sport" (published in the Decree Pre/525/2005), implements specific entities in Spanish Cycling and Triathlon federations with the aim of promoting the sportswomen involvement in the physical activity and sport on similar terms with sportsmen, trying to overcome the barriers which nowadays hamper gender equality in this areas. In this work, we try to analyze the current situation of Cycling and Triathlon in Spain, with the aim of rebuilding, through content analysis and key information analysis, the general current context of competition where Spanish female cyclists and triathletes are participating. This study, enclosed in the interpretative paradigm, uses a qualitative methodology. Feedback from 17 interviewees has been compiled: 8 sportspeople (4 cyclists and 4 triathletes) and 9 managers/staff members linked to Triathlon and Cycling federations (President of International Triathlon Union, President of Spanish National Sports Council, secretaries-general, Presidents of Women and Sport Commission, Team managers and coaches from both sports federations of Cycling and Triathlon). The instrument used for this study was a semi-structured interview. Data showed a situation in need of a change, where a modification of the regulatory framework in sports area, a revision of gender-related policies applied by sports federations, and a modernization of federation management would be advisable.

Keywords: female, sport, cyclists; triathletes, sport federations

✉Contact email: leruite@correo.ugr.es (M. Leruite)

¹Faculty of Sport Sciences, University of Granada, Spain

Received: 18 June 2014. Accepted: 02 November 2014.

Introduction

Female Cycling and Triathlon have been analysed in research studies mainly focused on the physiological, biomechanical and nutritional sides of sportswomen (Burke, 2001; Cox et al. 2010; Debate et al, 2002; Debraux et al, 2013; Impellizzeri et al. 2008; Martin et al. 2001; Millet et al. 2011; Rowlands and Wadsworth, 2011; Suriano and Bishop, 2010; Ebert et al. 2005; Wilber et al, 1997); however, there is a growing interest in focusing on social matters of sportswomen (Atkinson, 2008; Brown and O'Connor, 2007; Brown et al. 2009; Cronan and David Scott, 2008; Garrard, 2003; Hendy and Boyer, 1993; La Chausse, 2012; Lamont and Kennelly, 2012; Levy, 2002; Ruiz et al. 2008; Ruiz and Salinero, 2012). Sportspeople success does not only depend on conditional aspects, but also on the influence of social factors which are interrelated in the sport area (De Bosscher and De Knop, 2002). Under the theoretical aspect of the General Systems Theory (Bertalanffy, 1968), sportspeople cannot be

understood without a comprehensive idea of themselves and their environment (Ruiz et al. 2008), thus defining the idea of a sport system as a compilation of all the items which, once they are interrelated following an order, contribute to the development of sport in all its expressions (Blanco et al. 1999). Therefore, variables such as sport federations, sport disciplines, sports facilities, sports spectators and amateurs, social institutions and social mass media make up a vast and complex network of intrinsic and extrinsic relationships which set up social systems.

Spanish sportswomen involvement in sports has increased and this has been the reason why the sports legislative framework and sports entities have significantly changed, even though a strong opposition from many men has been found mainly in the areas of federated and competitive sports (Alfaro et al, 2012; García-Ferrando, 1996; Hargreaves, 1994; Pfister, 2010; Puig and Soler 2003). There is not a specific area of gender equality in Spanish sports legislation, and it has been included in different gender equality policies carried out by government, institutions and local organizations (Robles and Escobar, 2007).

In Spain, by means of the Decree Pre/525/2005 (March 7th), the "Women and Sport Commission" was created for the first time with a permanent nature and was also



included in the Spanish National Sports Council, with the aim of protecting the interests of Spanish sportswomen. The law 10/1990 (October 15th) about Sport, and the Order in Council 971/2007 (July 13th) about high level and high performance sportspeople, have been applied in all levels of sport area; and sports federations have occasionally acted as government agents in terms of protecting and promoting sport disciplines as a monopoly, receiving public funds, subordinating its creation and its statutes and regulations approval, and also its registration in international federations or the National Sports Council (CSD) authorization (as it is the case in Spain -Brotos, 2006-). Management policies on gender equality have been included in Cycling (RFEC) and Triathlon (FETRI) federations through the creation of specific institutions (“Women and Sport Commissions”) which try to safeguard the application of gender equality criteria in all the aspects related to sportswomen participation in sports competitions (see Figure 1).



Figure 1. Worldwide organizational structure of Cycling and Triathlon federations with Women and Sport Commissions (Adapted from Cabello, 2011).

The general aim of this study is focused on the following research objectives: 1) to analyse and contextualize the theoretical framework of female cyclists and triathletes in the general context of competition; 2) to analyse and interpret the perceptions of sportswomen as opposed to those of the federations staff members in the sport context of sportswomen.

Materials and methods

Sample

The analysed sample is comprised of 21 participants, whose profiles are as follows: A first group of 8 sportswomen (4 female cyclists and 4 female triathletes, two amateurs taking part in national events and two professionals taking part in international events respectively. Two of the international competitors took part in the Olympic Games and the other two that have won world-class competitions in their respective sport disciplines). A second group of 13 managers linked to Cycling and Triathlon federations (including the President of International

Triathlon Union, President of Spanish National Sports Council, general secretaries, Presidents of “Women and Sport Commission”, team managers, and coaches from both sports federations of Cycling and Triathlon). The federation staff members were selected according to their position and their experience with the sport context where female cyclists and triathletes are included.

Measures

The research study is based on a qualitative methodology with a descriptive, relational and interpretative design (Fraile and Vizcarra, 2009), and it is focused on assessing participants’ perceptions. Semi-structured interview were used as the research instrument, and these were the supporting documents used for the creation of the analytical categories system: a) pre-interview outline for participants; b) analysis of source documents, such as regulations, statutes, Cycling and Triathlon federations web sites, and Spanish National Sports Council statistics; c) preliminary study carried out by means of a survey to 120 federated female triathletes and 80 federated female cyclists about the competitive sport context (Leruite et al, 2014); and d) objectives of the research. The interviews included several common items in order to compare the different subjects among various groups. Once two experts on the subject, who knew the procedure, validated the interviews and those were adjusted in detail, they were considered valid for use.

Analyses and data collection

Participants were contacted for an interview appointment. Four of them were interviewed live and the other thirteen interviews were carried out through videoconference. A voice recorder was used during the interviews, and also notes were taken meanwhile. The interviews times ranged from 60 minutes to 1 hour 45 minutes. Before carrying out the interviews, an informed consent form was given and the identities of interviewees were protected with pseudonyms. The interview style was active and included a semi-open interview script. After the literal transcription of the interviews, a categorization system of proposed dimensions was applied with Nudist vivo 10 software.

Results and Discussion

Current sport context and organizational structure analysis in both federations

The scientific studies on women participation in federated sports show that the number of Spanish sportswomen taking part in competitive sports is still significantly lower than the number of sportsmen (Alfaro et al, 2012; Puig y Soler, 2003, 2004; Robles & Escobar 2007). Out of the 66 federations existing in Spain, 712,027 (20.9%) are female licenses and 2,682,608 (79.1%) are male licenses (CSD, 2014).

The fight against gender-related stereotypes is still hard in sports which have been traditionally considered “male”, where patriarchy and male archetypes such as dominance, aggressiveness, and strength are emphasized, as it is the case of competitive Cycling (Hargreaves,

2004; Izquierdo Mazcón and Gómez Alonso, 2001). Spanish female cyclists have joined competitive Cycling several decades later than their fellow female cyclists have from the rest of Europe, due to hygienic-moral values and also to the existing subordination of women to men, which prevented them from taking part in competitions (Izquierdo Mazcón and Gómez Alonso, 2001). In the early years of 19th century, the first male cyclists competitions started, and the role of female cyclists was consigned to riding their bikes accompanied by a man (Izquierdo Mazcón and Gómez Alonso, 2001; Zubiarte, 2010); later on, in 1977, RFEC (Spanish Cycling Federation) approved female licenses and also the first official female cyclists competitions started (Conesa, 1977). However, even though Spanish cyclists have achieved some important victories in the last years, there is still a big difference between male and female competition Cycling in all aspects: participation, sport achievements, number of professional teams, and women representation in federations and management authorities (Leruite et al, 2014). The percentage of female licenses is scarcely 3.8% compared to a 92.6% of male licenses; nowadays, there are not any female representatives in the RFEC management authorities, and there is not a single female president in any regional Cycling federation either (CSD, 2014). These data contrast with the current UCI management staff; even though this institution has never had any female representatives in the management roles throughout its history and foundation, in 2013 a woman was finally appointed vice-president of UCI, who created the first female Cycling commission at the very heart of the highest management authority in Cycling in order to promote all aspects of female Cycling. The Spanish competitions calendar is not the same for men and women, mainly in road Cycling modality, where sportswomen have their own competitions, with different distances and prizes. A remarkable feature is under-23 category for women is not included in competition sports regulations and there is a limited participation of, at least, three participants to be claimed as the winner of a given modality.

The smaller representation of women in Spanish Cycling is also reflected in the number of high level sportspeople, as according to the Order in Council 971/2007 (December 20th) about Spanish Sports Federations, there are 31 female cyclists considered as high level sportswomen, as opposed to 138 men, and in the High Level Sportspeople Program (ADO) there are only 3 women vs. 10 men.

Out of the 31 female teams licensed by UCI, currently there are only 2 professional female teams in Spain vs. 4 male professional UCI teams, even though female teams, unlike male teams, are not governed by the professional Cycling collective agreement, as there is not a work contract relationship with female cyclists, and there are only allowances related to sponsorship (Leruite et al, 2014). However, Spanish Triathlon emerged in the 70's and it showed a more favourable social environment for female sport competition; the

first female triathletes could compete together with their male counterparts on equal terms, and this was considered a transgressive and innovative sport (Ruiz et al, 2008) with a significant rise in the number of licenses in the past years, from 4,036 licenses in 2000 to 15,624 in 2010, which meant a 400% growth (Ruiz, 2012). In Triathlon, the number of high level female triathletes is 20, while there are 59 male triathletes; also, one woman vs. two men, enjoys a national grant (CSD, 2014). National and international competition calendars are the same for women and men, and there are female triathletes taking part in competitions in the eight different Triathlon disciplines; also men and women share the same modalities, categories and prizes (Official Competition Regulations of the ITU, 2014).

According to the CSD statistics of year 2013, the number of female triathletes practising Triathlon is higher compared to the number of female cyclists practicing Cycling. The 15% of the Spanish Triathlon Federation management authorities are women, and the federation regulation establishes a quota policy regarding female representation (Constitution of the FETRI, 2014).

Key figures' speeches

From the intersection matrix of double-entry categories obtained with Nudist Vivo 10 program, the key figures' speeches have been rebuilt and then a comparative analysis of participants' perceptions has been carried out. In Table 1, frequently occurring subjects have been included, and highlighted cells in grey show if these subjects are present or not in participants' perceptions at this stage of research.

Cycling and Triathlon "Women & Sport" commissions

Most of the interviewees think the model is positive; however, female cyclists and triathletes do not know about the existence and roles of "Women & Sport commission" in federations, as it was shown in the study developed by Leruite et al (2014), where 87.5% and 91.3% of a sample of 80 female cyclists and 120 female triathletes, respectively, did not know about these commissions. Sportswomen consider these are important institutions even though they admit they do not know about their existence: "*The mere foundation and existence of this Commission is a highly significant fact*" (CA2). Regarding the assessment of the Commission roles in the past years, most of the federation staff members grade the "Women in Sport Commission" role as positive; however, some major figures recognized that there is still much work to do inside the federation: "*From my external point of view, very little work has been done for female Cycling, almost nothing, regarding regulations; in terms of sports events, you have to actively search for them with organizers, because we cannot tolerate that Spanish girls, with the exception of Basque Country, where they have a calendar with 12 or 14 events, do not have a female calendar (President of Women and Sport Commission)*". Even though a consensus has been reached regarding the extension of roles and the

creation of new commissions or institutions which protect female Cycling and Triathlon, some interviewees consider the model is a failure due to its implementation and development in local federations, which force us to check the current structures (Palomar, 2007): *"I think local federations are not very active in general, and some of them have no activity at all. I firmly believe that the government, the state, should take a bigger part in sport regarding national federations and, at the same time, national federations should also get more actively involved in local federations, because, in the end, this segmentation leads to a lack of control, uniformity and judgement and, in the end, things cannot be done as they should, or they are not done at all. Other more economically developed countries take a bigger part in national sport and, at the same time, national sport is more actively involved in local sport, which also leads to a higher consensus on policies and higher level of success"* (Cycling coach).

Table 1. Crossing of speeches by key figures related to the analysis of policies on gender equality in RFEC and FETRI (President of RFEC Women and Sport Commission / RFEC General Secretary/ RFEC National Team manager / RFEC Coach / Amateur Cyclist # 1 / Amateur Cyclist # 2 / Professional Cyclist # 1/ Professional Cyclist # 2/ ITU President / FETRI Women and Sport Commission / FETRI General Secretary / FETRI National Team manager / FETRI Coach / Amateur Triathlete # 1/ Amateur Triathlete # 2 / Professional Triathlete # 1/ Professional Triathlete # 2).

SPEECH CROSSING	RFEC						FETRI											
	STAFF			CYCLISTS			STAFF			TRIATHLETES								
	PCC	SGC	SC	EC	CA1	CA2	CP1	CP2	PITU	PCT	SGT	ST	ET	TA1	TA2	TP1	TP2	
RFEC/FETRI WOMEN AND SPORT COMMISSION																		
Knowledge of Women and Sport Commission																		
Positive opinion about Women and Sport Commission																		
ORGANIZATIONAL ASPECTS																		
Increase of female competitions number																		
Worst course timetables																		
Poor organizational level on the road																		
Poorly defined routes in competitions																		
Lower prizes at national competitions																		
Lower prizes at local competitions and clubs																		
Lower number of competitive categories																		
Lack of grants/sport sponsorships																		
SPORT PROMOTION																		
Positive opinion about federations promoting sport																		
Neutral opinion about federations promoting sport																		
GENDER DISCRIMINATION																		
General opinion about gender discrimination against sportswomen																		
Specific opinion about gender discrimination against sportswomen																		
Sexist insults/attitudes																		
Less recognition of sport merits compared to sportsmen																		

Higher level of pressure for women to be recognized on equal terms with men																				
Team decisions not following gender equality criteria																				
SPORTS LEGISLATION																				
Negative opinion about reconciling work and family/private life																				
Unconditional support from family/partner																				
Opinion about professional sport in Spain																				
Quota policy in electoral regulations																				
Higher women participation in federations management and administration																				
Higher women participation in refereeing, coaching... posts																				
SEXUAL HARASSMENT																				
Knowledge about sexual harassment/abuse at federation																				
Investigation carried out by federation																				
VISIBILITY AND MASS MEDIA																				
Null/low visibility of sportswomen in mass media																				
Low visibility of sportswomen in national federation website																				
Low visibility of sportswomen in local federation website																				
Low/very low recognition of sportswomen by society																				
Positive opinion about sportswomen at the federation itself																				

Organizational aspects of Cycling and Triathlon competitions

While RFEC staff members and cyclists in general think the main problem is there are very few races in the national road Cycling calendar of the Spanish Cup, the FETRI staff members and triathletes are more focused on specific organizational aspects, such as changing start times of national Triathlon competitions to favour equal opportunities for men and women or increasing the participation of elite sportswomen. *"The start time for us, women, is five minutes later, and we think this is unfair because it is harder for us, as we have to overtake other men. Some girls are better than some men and they have to overtake them, and that's not facilitated many times by those men that think this is a humiliation (TA2).*

Some difficulties prevent the preparation of a good national race calendar because female competition Cycling is not considered so important, and also because organizational problems can affect female athletes safety: *"It does affect safety sometimes. Our situation is a bit worse than men's. I mean...for example, tightly closing the course safety capsule, signposting, etc. are important safety-related matters, which can also be a problem for men, but to a lesser extent. Yes. This can be understood, but not shared or accepted" (Cycling coach).*

Spanish competition Cycling, and mainly its female division, is turning into leisure-competition events, such as marathon or mountain bike events, which seem to be more attractive for organizers, or cyclotourism events, where, according to RFEC federation staff members, female cyclists are in a better position to practice sport because this is not a competitive modality: *"We are losing base Cycling, all minor categories, and nowadays this mixture of leisure and competition Cycling called ciclomaster is getting more and more popular, as well as those mountain bike and marathon events, where, in the end, their organizers are making money (RFEC team manager).* This result is also shown in those studies which reveal the competition sport tendency to become a more ludic sport for older non-elite participants (Brown and O'Connor, 2007; De Knop et al, 1996).

The lack of sponsorship allowances and the organizational difficulties are making Spanish female professional UCI road teams disappear (there were 8 teams in the past, but only two now), and this is why there is a general fear about female Cycling, as it may disappear. *"Many professional races have finished; we had 8 professional teams in the past, but only two now and, if we are not careful, female Cycling can disappear" (RFEC Secretary).*

Federation staff members and triathletes all agree on favouring equal terms for men and women regarding prizes in national and international competitions. Cyclists and RFEC staff members think that the value of prizes awarded to female cyclists in competitions should be higher: *"Women must be comparatively better than men in order to obtain the same awards, or*

in other words, the best woman does not get the same results as the best man, neither in mountain bike or any other discipline, and this is an irrefutable fact in Cycling; if women intend to get the same awards, and this is not stated in regulations, they will have to be comparatively better" (Cycling coach).

Gender discrimination in Cycling and Triathlon sports context

All federation staff members agree that female cyclists and triathletes do not receive the same recognition as men in their respective sports contexts, and this is the reason why sponsors and sports brands are less interested in sportswomen. *"In Triathlon, and generally in all sports, I think women recognition is very limited if we compare it to men's and this is evident in terms of sponsors and sports brands" (FETRI Team manager).*

Female cyclists think that gender discrimination with respect to their male counterparts is widespread (Leruite et al, 2014) for many reasons: The value of sponsorship allowances and prizes they receive is lower; women have to be constantly proving the highest level of performance to be considered on equal terms with male cyclists; they are also the focus of sexist insults, which sometimes make them doubt their own value as sportspeople or this is simply because Cycling has traditionally been a deeply sexist collective. *"When you finish a competition, they are always inviting you to have a drink, but then, they start saying things like I am making the same effort as you, or you have a bigger bum, what a nice bum you have or that girl over there is more gorgeous than you, these are the typical comments you hear in Cycling, and it's hard, I can tell you, specially for female cyclists, because many of them suffer from anorexia, this is a sexist sport" (CA1).*

In the case of Triathlon, even though female triathletes affirm they are treated equally with respect to male triathletes, and men triathletes approve the female triathletes participation, this is not the case in some teams, where sportswomen are worse paid than their male counterparts; besides, some women, as it happens in Cycling, recognise they have to prove a higher level of performance to receive the same recognition as men do. *"Men are better paid, this is evident, they received bonuses. Some boys results could be worse than those obtained by some girls or myself, and they received a fixed commission, while girls didn't... And, for example, if boys couldn't go to King Cup competition, then organizers had to think twice before deciding if they would finally take the girls to compete. It is not so interesting any more, male teams always received a higher support even though the female team obtains better results" (TA2).*

Federation management measures

Both federations staff members think that sportswomen, as it happens with the vast majority of high level Spanish sportswomen, cannot be professional sportspeople, and very few of them can do

it, and this is because they receive a national grant or sport sponsorship allowances. *"Very few women, maybe two or three in Spain, can say they live on Triathlon and I am afraid they do not have a brilliant future; I am not sure to what extent they can depend on Triathlon to get a living, but it is evident that there are more men who can affirm they live on Triathlon as professionals. In Spain this is difficult, mainly due to sponsorships and trademarks"* (FETRI Technical Manager).

In both sports there is a widespread concern about the number of sportspeople who give up sport before reaching elite categories because they cannot take on sport as a career: *"In my opinion, this is because they cannot consider sport as a career and they are right indeed; if they had professional teams or something similar here in Spain, this would not happen, but they have nothing, the situation for sportswomen is terrible, they have to go abroad, as I did, and you have to take the risk; I succeeded, but some other girls tried in Italy and they were not lucky. One of them couldn't stand being out of home, too much pressure, everything, and then, of course, it's quite hard"* (CPI).

Most female cyclists who can be considered as professionals in Spain do not have a work contract relationship with their teams, and they only receive an allowance in terms of sport sponsorship. Many female cyclists who want to be sport professionals need to emigrate to countries with professional female teams (Netherlands, Italy, Germany) where they can earn a living with Cycling and they can also have a work contract; however, sportswomen often make big efforts in vain, as the conditions can also be adverse. *"If you don't show a high level of performance, they will give you a pittance and, besides, if you become a professional in Italy, the teams can be a bit tricky. That's the Italian reputation because that happened to many girls; once they are there, they are not paid their salaries or travel expenses, so, nowadays the solution is not there, in Italy. Well, we are talking about Italy, there may be other super-professional teams such as X, teams with structures for male professionals where women are treated on equal terms"* (RFEC Team manager).

Most of the RFEC and FETRI staff members believe that the presence of women in management and administration posts is very important, as they bring on new visions about sport management, and they act as a visible representation for the rest of sportswomen. Some of the sampling population of RFEC thinks that including a quota policy in electoral regulation could be positive, because nowadays RFEC organizational structure is far from UCI's, which in year 2013 included women in management authorities posts to promote female Cycling. *"Statutes, as well as electoral regulations, should open up and include those quota together with training; otherwise, that barrier will never be overcome. If statutes or Electoral Board don't state it, women cannot be included"* (RFEC Secretary). FETRI staff members consider that, due to quota policy, the role of women in management posts has been critical to achieve gender equality from FETRI

foundation to present days. In the case of sportswomen, they believe including more women in federations bodies and in all areas of sport would be an open door for women into sport. *"Yes, we need more female coaches and technicians and also in the federation to represent our interests, as the world of Cycling is quite sexist"* (CPI).

Sexual harassment

Many international studies show the importance of investigating sexual harassment in competition female sport at all levels of sport practice (Brackenridge, 2001; Vázquez et al, 2002; Sveta Sand et al, 2012). Though FETRI federation staff members or female triathletes do not know about any sexual harassment or abuse cases inside the federation, federation staff members do believe that an investigation about this matter should be carried out to approach such cases. However, some Cycling managers, and even a professional female cyclist, are aware that there have been some sexual abuse cases in the past which forced some female cyclist to give up Cycling: *"I will talk about the 90's. I heard of incidents with a former technician, who promised grants to attract the girls, although I think he did not get any sexual favour from them. They later complained about this, although I think that an investigation inside the federation would be advisable even nowadays"* (RFEC Coach).

Mass media and social recognition

Female Cycling and Spanish Triathlon are integrated inside the problems related to women's competition sport regarding their presence and the visibility of their sport achievements in mass media (López, 2011; Crolley et al, 2007). All federation staff members believe female cyclists and triathletes are undervalued in mass media, and that often happens because they do not represent the female predominant stereotype as in other sports which society has traditionally considered as "female", or just because only male achievements are taken into account. *"It's quite hard, we can't see it, some people did not know there was a female Giro d'Italia or a female Tour de France, they don't have an idea, they don't know about females competitions"* (CPI).

Conclusions

Results reveal that female Cycling and Triathlon are integrated inside the problems related to Spanish female competition sports, because there are very few financial allowances, grants or sport sponsorships, which allow sportswomen to get involved in professional sport; there is also a limited visibility of female sport achievements in mass media and they also suffer gender discrimination inside their own sport environment like in Spanish society in general.

Regarding Spanish female competitive Cycling, according to this study results, we suggest that it is evolving quite slowly if we compare it to other countries situation, even though there are new regulatory frameworks in Spain in favour of gender equality in sport and the sociocultural environment has

been evolving in the past years. It was only 40 years ago when changes in the federation structure of Spanish Cycling and in its relationship with the female cyclists' sports context started to be implemented. This situation is quite different in other countries, where, even though male cyclists impact on media has always been higher, as well as their social recognition, female cyclists are clearly better treated in terms of gender equality, as there are some professional teams where female and male cyclists can be fully professional under similar conditions. There is a clear advantage of Spanish female Triathlon compared to Spanish female Cycling in terms of gender equality because Triathlon is a modern sport which emerged in the heart of a society where sportswomen recognition in the sport environment had improved and federations policies have always been emphasizing gender equality, treating female and male triathletes on more similar terms. However, female triathletes have also reported a discriminatory treatment in their sport context. In our opinion, the Spanish sport model needs a deep debate and analysis to question many of the critical facts related to the development of sportswomen in Spanish competitive sport. We suggest a renewal of the existing model in Spain, urging the government to intervene in the national sport environment (influencing directly national and regional federations) by means of measures such as changing Spanish sports law to regularize Spanish sportswomen professionalization and their involvement in sport federations' management. This could increase specific sports funding, and the promotion a higher involvement of sports entities in favour or gender equality in sport federations to boost women participation in more equitable terms.

Practical applications

We suggest a renewal of the existing model in Spain, urging the government to intervene in the national sport environment (influencing directly national and regional federations) by means of measures such as changing Spanish sports law to regularize Spanish sportswomen professionalization and their involvement in sport federations' management. This could increase specific sports funding, and the promotion a higher involvement of sports entities in favour or gender equality in sport federations to boost women participation in more equitable terms.

Acknowledgments

We gratefully acknowledge the cyclists, triathletes and the staff of both federations that took part in the study for their full collaboration and constructive attitude. Special thanks to my PhD supervisor, Dr. Mikel Zabala, for his crucial help in all the process although he preferred not to appear as a coauthor of this work.

Ethical standards and Conflict of interest

The authors declare no financial interests or potential conflicts of interest. The research complies with the Spanish laws and has been approved by the Ethics

Committee of the University of Granada, and follows the standards set up by Harriss and Atkinson (2011).

References

1. Alfaro E, Vázquez B, Gallardo J, Ferro S. (2012) Women in positions of responsibility in public sports organizations of the community of Madrid. *Ágora para la Educación Física y el Deporte*, 15: 40-53.
2. Atkinson M (2008) Triathlon, suffering and exciting significance. *Leisure Studies*, 27(2): 165-180.
3. Bertalanffy LV (1968) *General System Theory*. Foundations, Development, Applications. New York: George Braziller.
4. Blanco E, Burriel JC, Camps A, Carretero JL, Landaberea JA, Montes V (1999) Institutional organizations of sport. Barcelona: Paidotribo.
5. Brackenridge CH (2001) *Spoilsports: Understanding and Preventing Sexual Exploitation in Sports*, Routledge, London.
6. Brotons JM (2006) Proposal for a new integrated management model for sports federations. *Educación Física y Deportes*, 10, 92.
7. Brown T, O'Connor J. (2007) Real Cyclists don't race, Informal Affiliations of the Weekend Warrior. *International Review for the Sociology of Sport*, 42: 83-97.
8. Brown T, O'Connor J, Barkatsas A. (2009) Instrumentation and motivations for organised Cycling: The development of the Cyclists Motivation Instrument (CMI). *Journal of Sports Science and Medicine*, 8: 211-218.
9. Burke LM. (2001) Nutritional practices of male and female endurance cyclists. *Sport medicine*, 31(7): 521-532.
10. Cabello D, Rivera E, Trigueros C, Pérez I. (2013) Study of the Spanish federated sports model of the 21st century. *International Journal of Medicine and Science of Physical activity and sport*, 11(44): 690-707.
11. Conesa JM. (1977) Women may already compete. *El País*, 13 de abril de 1977. Available at: http://elpais.com/diario/1977/04/13/deportes/229730402_850215.html.
12. Crolley L, Tesso E. (2007) Gendered narratives in Spain: the representation of female athletes in marca and el país. *International Review for the Sociology of Sport*, 42(2): 149-166.
13. Constitution of the Spanish Triathlon Federation (2014). Available at: http://triathlon.org/triweb/wpcontent/uploads/2013/10/ES_TATUTOS.MOD_FETRI_19.febrero.2012.pdf
14. Cox, G.R., Snow, R.J, Burke, L.M (2010) Race- day carbohydrate intakes of elite triathletes contesting olympic-distance Triathlon events. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 20(4): 299-306.
15. Cronan MK & David Scott D. (2008) Triathlon and Women's Narratives of Bodies and Sport. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 30 (1): 17-34.
16. Debate RD, Turner M, Flowers C, Wethington H. (2002) Eating attitudes, body image, and nutrient intake in female triathletes. *Women Sport physical Activity Journal*, 11(2): 115-209.
17. Debraux P, Manolova AV, Soudain-Pineau M, Hourde, C, Bertucci W. (2013) Maximal torque and power pedaling rate relationships for high level BMX riders in field test. *Journal of Science and Cycling*, 2(1): 51-57.
18. De Bosscher V, De Knoop P. (2002) The influence of sorts policies on international success: An international

- comparative study. Paper presented at the Sport for All and Elite Sport: Rivals or partners? 9th World Sport for All Congress, Ahnrem (Ned).
19. De Knop P, Van Meerbeek R, Vanreusel B, Laporte W, Theebom M, Wittock H, De Martelaer K. (1996) Sports Clubs in Crisis? The Flemish Situation. *European Journal of Sport Management*, (2): 36-52.
 20. Fraile A, Vizcarra T. (2009) Naturalistic and interpretive from physical activity and sports research. *Revista de Psicodidáctica*, 14(1): 119-132.
 21. García-Ferrando M. (1996) Olympic athletic of Spain: A sociological profile. Spain Sports Council. Madrid.
 22. Garrard J. (2003) Healthy revolutions: promoting Cycling among women. *Health Promotion Journal of Australia*, 14(3): 213-215.
 23. Hargreaves J. (1994) Sporting females: critical issues in the history and sociology of women's sports. London: Routledge.
 24. Harriss DJ, Atkinson G (2011) Update - Ethical Standards in Sport and Exercise Science Research. *International Journal of Sports Medicine*, 32: 819-821.
 25. Hendy H, Boyer B. (1993) Gender differences in attributions for Triathlon performance. *Sex roles*, 29: 527-543.
 26. Impellizzeri FM, Ebert T, Sass A, Rampini E, Menaspà P. (2008) Level ground and uphill ability in elite female mountain bikers and road cyclists. *European Journal of Applied Physiology*, 102(3): 335-341.
 27. Izquierdo-Mazcón E, Gómez-Alonso MT. (2001) The difficult integration of female cyclist in the nineteenth century. *Revista Digital*, 7, 43.
 28. La Chausse R (2012) Motives of competitive and non-competitive cyclists. *Journal of Sport Behaviour*, 29 (4): 304-313.
 29. Lamont M, Kennelly M. (2012) A Qualitative Exploration of Participant Motives Among Committed Amateur Triathletes. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 34(3): 236-255.
 30. Leruite M, Morente-Sánchez J, Martos P, Girela MJ, Zabala M. (2014) Analysis of the sporting context of Spanish female competitive cyclists and triathletes. *International Journal of Medicine and Science of Physical activity and sport*. In press, available at: <http://cdeporte.rediris.es/revista/inpress/artanalisis743e.pdf>
 31. Levy SS. (2002) Women and the personal meaning of competition: A qualitative investigation. *Women's Sport and Physical Activity Journal*, 11, 107.
 32. López P. (2011) Women in Sports Media. Recommendations and suggestions. Spanish Sports Council, Madrid.
 33. Martin DT, McLean B, Trewin C, Lee H, Victor J, Hahn A. (2001) Physiological characteristics of Nationally Competitive Female Road Cyclists and demands of Competition. *Sport Medicine*, 31(7): 469-477.
 34. Millet GP, Vleck VE, Bentley DJ. (2011) Physiological requirements in Triathlon. *Journal of Human Sport and Exercise*, 6: 184-204.
 35. Official Competition Regulations of the International Triathlon Union (2014). Available at: http://www.Triathlon.org/images/uploads/itusport_competition-rules_20110222.pdf
 36. Pfister G. (2010) Women in Sport-gender relations and futures perspectives. *Sport in Society*, 13: 234-248.
 37. Puig N, Soler S. (2003) Women and sport in Spain. In G. Pfister & I. Hartmann-Tews (Eds.): *Women and sport: a crosscultural analysis* (pp. 83-101). London: Routledge.
 38. Robles F, Escobar K. (2007) Women in the governing bodies of the Spanish sports organizations from 2002 to 2006.
 39. Rowlands DS, Wadsworth DP. (2011) Effect of High-Protein Feeding on Performance and Nitrogen Balance in Female Cyclists. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 43(1): 44-53.
 40. Ruiz TG, Salinero-Martín JJ, Sánchez-Bañuelos F. (2008) The triathlete's sociodemographic profile assessment: Castilla-LaMancha's example. *Apunts*, 92: 5-14.
 41. Ruiz TG, Salinero-Martín JJ. (2012) Psycho-social factors determining success in high performance Triathlon: compared perception in the coach-athlete. *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*, 3: 865-880.
 42. Spanish Sports Council (2014) Statistical Yearbook of Sport. Spanish Ministry of Education. Available at: http://www.meecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-meecd/dms/meecd/servicios-al-ciudadano-meecd/estadisticas/deporte/analisis-deporte/Anuario_de_Estadisticas_Deportivas_2014.pdf
 43. Suriano R, Bishop D. (2010) Physiological attributes of triathletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13: 340-347.
 44. Sveta-Sand T, Fasting K, Chroni S, Krørre A. (2011) Any Consequences for the Prevalence of Sexual Harassment? *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6: 229-241.
 45. Ebert TE, Martin DT, McDonald W, Victor J, Plummer J, Withers RT. (2005) Power Output during Women's World Cup Road cycle racing. *European Journal Applied Psychology*, 95: 529-536.
 46. Vázquez B, Bastanchuri E, Fernández Heyden N. (2002) Sexual harassment in sport competition. Women's high sporting competition. Spanish Ministry of Education. Spanish Sports Council, 87-104.
 47. Wilber RL, Zawadzki KM, Kearny JT. (1997) Physiological profiles of elite off-road and road cyclists. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 29: 1090-1094.
 48. Zubiaurre M. (2010) Suggestive velocipedism: visual eroticism, bicycles and sexuality imported into Spain finisecular. *Journal of Iberian and Latin American Studies*, 13: 217-240.

Perfil psicosocial de los entrenadores desde el punto de vista de las ciclistas y triatletas españolas

Leruite, M., & Zabala, M. (2015)

Departamento de Educación Física
Facultad de Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

(ARTÍCULO SOMETIDO)

Perfil psicosocial del entrenador desde el punto de vista de las ciclistas y triatletas españolas

Psychosocial profile of the coach from Spanish female cyclists and Spanish female triathletes' point of view

¹M^a Teresa Leruite Cabrera, ²Mikel Zabala Díaz

¹Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mayteleruite@ugr.es

²Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mikelz@ugr.es

Correspondencia a:

M^a Teresa Leruite Cabrera

Departamento de Educación Física y Deporte,

Facultad de Ciencias del Deporte

Universidad de Granada,

Ctra. Alfacar s/n, Granada 18011

España

Tel. /Fax: +34660360320 - +34958244363

E-mail: leruite@correo.ugr.es

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar el microsistema deportivo o entorno próximo de la deportista, tomando como referencia la relación existente entre la deportista y su entrenador. En la siguiente investigación participaron 80 ciclistas (28 años \pm 9.4) de 14 federaciones españolas de ciclismo y 126 triatletas (30 años \pm 8) de 16 federaciones territoriales de triatlón y 8 ciclistas y triatletas (4 amateurs y 4 profesionales). El instrumento utilizado fue la encuesta y entrevista semiestructurada. Los resultados muestran que la mayoría de los entrenadores de ambos deportes son hombres, existiendo diferencias estadísticamente significativas entre los entrenadores de ciclismo y de triatlón referentes al nivel académico y profesión ejercida, siendo la mayoría de los entrenadores de triatlón licenciados en EF y especialistas en la modalidad deportiva, mientras que los entrenadores de ciclismo tienen cursos a nivel federativo y estudios primarios. La mayoría de los entrenadores no tienen formación específica relacionada con el entrenamiento de la mujer deportista reproduciendo patrones de entrenamiento dirigidos al sujeto masculino. Tanto ciclistas como triatletas refieren una relación muy positiva con sus entrenadores destacando sus buenas aptitudes (capacidad de liderazgo, visión táctica /planteamiento en carrera y comportamiento con las deportistas). No se encontraron factores de discriminación de género por parte de los entrenadores hacia las deportistas.

Palabras clave: ciclistas, triatletas, factores de entrenamiento, entrenador

Abstract

The main objective of this study was to establish the sport microsystem or close environment of female athletes, paying attention to the athlete-coach relationship. 80 cyclists (28 years old \pm 9.4 years) from 14 territorial cycling federations and 126 triathletes (30 years old \pm 8 years) from 16 territorial triathlon federations and 8 cyclists and triathletes (4 amateurs and 4 professional) took part in this descriptive study. The instrument used was the semi-structured questionnaire and the interview. The data shows that most of the coaches of both sports are men, with differences between groups statistically significant in their educational level and profession exercised. Most of triathlon coaches have a high level of education (degree in Physical Education), while cycling coaches have primary education and coaching courses at federation level. Cyclists and triathletes report a very positive relationship with their coaches, highlighting their good coaching attitudes (leadership, tactics/race approach and behavior with athletes). No significant external factors such as discrimination based on gender which hamper the professional athlete-coach relationship were found.

Key words: female cyclists; female triathletes, performance factors, coach

Introducción

La representación de la deportista en el deporte en todos los niveles de práctica deportiva ha sido muy desigual a lo largo de la historia con respecto a la de los deportistas (Hargreaves, 1994). El contexto deportivo ha sido mucho tiempo dominado por hombres y, en consecuencia, las prácticas y los métodos de entrenamiento han sido principalmente desarrolladas por profesionales masculinos y con frecuencia adaptadas hacia una base de participantes masculinos (MacKinnon, 2011). En consecuencia, numerosos estudios muestran la escasez de mujeres entrenadoras en el entrenamiento deportivo y las diferentes barreras con las que se encuentran en su profesión (Norman, 2014; 2013; Greenhill, Auld, Cuskelly & Hooper, 2009; Reade, Rodgers & Norman, 2009). La mayoría de las investigaciones están enfocadas desde el punto de vista fisiológico, biomecánico y nutricional de los deportistas, siendo escasos los estudios centrados en el sujeto femenino (Leruite, Morente-Sánchez, Martos, Girela & Zabala, 2014). En el presente estudio nos basamos en el microsistema deportivo o entorno próximo de la deportista, tomando como referencia la relación existente entre la deportista y su entrenador (Bosscher & De Knop, 2002). Estudios abordados en el campo de las ciencias sociales muestran como existe desconocimiento por parte de los entrenadores sobre problemas específicos de la deportista como la triada que pueden causar serios y crónicos problemas de salud (Coelho, Gomes, Ribeiro, & Soares, 2014; Nowicka, Eli, Ng, Apitzsch & Sundgot-Borgen, 2013), existiendo una llamada por parte de investigadores a la formación y estudio de la triada de la mujer deportista de los entrenadores deportivos (Beardley, 2004; Beals, 2000; Coelho et al., 2014; Solfrid Bratland & Sundgot-Borgen, 2012). El rendimiento de la deportista es visto como el resultado de la interacción entre la atleta, el/la entrenador/a y el entorno de entrenamiento (Cavalheiro, Soter & Gagliardi, 2005). Dentro del entorno deportivo, el papel del entrenador o la entrenadora juega un papel muy significativo para facilitar el aprendizaje y el desarrollo de la deportista (Norman & French, 2013), siendo responsabilidad del entrenador/a preparar y entrenar a los atletas tácticamente, físicamente, técnicamente, psicológicamente y cuidar de su bienestar personal y social (Becker, 2009). Sin embargo, el entrenamiento deportivo es un proceso social complejo en el que todavía se sabe poco acerca del contexto social de los/las entrenadores/as (Cushion, Armour & Jones, 2006; Jones, Armour & Potrac, 2002). Conocer el contexto de entrenamiento en el que se desarrolla la labor del entrenador/a y de la deportista nos va a permitir establecer un proceso óptimo para el desarrollo y mejora de las condiciones en las cuales tiene lugar el proceso de entrenamiento deportivo.

Sin embargo, tanto en ciclismo como en triatlón son escasos los artículos científicos centrados en el binomio entrenador-deportista, limitándose la escasa información a la divulgación de revistas de ambos deportes centradas sobre todo en entrevistas personales a entrenadores y deportistas.

Así pues, dentro del siguiente estudio se plantean los siguientes objetivos: 1. Determinar la relación profesional de las deportistas con sus entrenadores teniendo en cuenta los siguientes factores: qué tipo de entrenadores/as dirigen el entrenamiento a las deportistas, características del entrenamiento y factores externos que puedan influir en la interacción deportista-entrenador.

2. Determinar el perfil sociodemográfico del entrenador de la ciclista y triatleta española teniendo en cuenta la edad, el nivel académico y el ámbito laboral. 3. Determinar la valoración que hacen las deportistas de la relación con su entrenador y las cualidades atribuibles a un buen entrenador.

Método

Participantes

Un total de 80 ciclistas (28±9,4 años) de 14 federaciones territoriales de ciclismo y 126 triatletas (30 ±8 años) de 16 federaciones territoriales de triatlón participaron en el siguiente estudio descriptivo. Se seleccionaron todas las ciclistas y triatletas con carácter competitivo a partir de la categoría júnior, con licencia federativa expedida por la Real Federación Española de Ciclismo (RFEC) y la Federación Española de Triatlón (FETRI). Además, para profundizar más en las variables de estudio se llevaron a cabo entrevistas en profundidad. Desde una perspectiva cualitativa, se seleccionaron 8 deportistas con los siguientes perfiles: 4 ciclistas y 4 triatletas (2 amateurs y 2 profesionales), participando las amateurs en competiciones de índole territorial y nacional y las profesionales en competiciones internacionales, siendo 2 de ellas olímpicas y las otras 2 campeonas del mundo en sus disciplinas deportivas.

Instrumento

Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario y la entrevista semiestructurada. El cuestionario ha resultado ser el más utilizado en este campo científico de la sociología descriptiva (García Ferrando, 2002). El proceso de construcción de la herramienta siguió dos vías: 1) revisión bibliográfica sobre cuestionarios sociológicos relacionados con las condiciones de competición de las deportistas españolas (García Ferrando, 1987; Ruiz, Salinero & Sánchez Bañuelos, 2008) 2) propuestas de expertos en la materia a partir de una tormenta de ideas (brainstorming) para definir las variables objeto de estudio. Finalmente, tras la aprobación por el comité de expertos, se definieron dos cuestionarios semiestructurados agrupados en 4 dimensiones con sus respectivas variables (ver tabla 1). El tiempo necesario para completarlos fue de 30 minutos aproximadamente. Se garantizó por escrito (carta de presentación del estudio) el anonimato, así como el carácter voluntario en cuanto a la participación en la investigación. Ambos cuestionarios junto con las instrucciones precisas para su cumplimentación se enviaron por correo electrónico (vía e-mail) a las ciclistas y triatletas de las 19 federaciones territoriales de cada uno de los deportes, obteniéndose una tasa de respuesta del 75% en el caso de las ciclistas y 65% de las triatletas. Desde una perspectiva cualitativa, el desarrollo de la investigación se posiciona en el paradigma interpretativo utilizando una metodología cualitativa con un carácter descriptivo, relacional e interpretativo (Fraile & Vizcarra, 2009). Dos expertos en la temática y conocedores del procedimiento se realizaron la siguiente pregunta ¿Qué grandes dimensiones habría que abordar para elaborar una entrevista de esta temática?. Una vez analizadas las dimensiones por el grupo de expertos se procedió a la realización de las preguntas de las entrevistas siguiendo las recomendaciones propuestas de autores como Bryman, (2004); Fink, (1995). Además, se utilizaron como documentos de apoyo para la construcción del sistema de categorías los siguientes: guión de entrevista previo a los participantes y estudios científicos previos relacionados con los objetivos planteados en la investigación. Se tomó como referencia el siguiente estudio: "Understanding how high performance women athletes experience the coach-athlete relationships" (Norman & French, 2013). Finalmente se realizó una entrevista piloto antes de la realización definitiva de las entrevistas a los participantes. Una vez validadas las entrevistas y una vez ajustadas, utilizando seudónimos para proteger la identidad de los entrevistados, se dieron por válidas

para su utilización. Las entrevistas tuvieron una duración de 30 minutos aproximadamente y se tomaron notas durante la realización de las mismas.

A continuación se exponen ejemplos de preguntas de las entrevistas:

¿Tienes entrenador? ¿Cómo calificarías la relación con tu entrenador?

¿Qué nivel de estudios tiene tu entrenador?

¿Se dedica profesionalmente al entrenamiento?

¿Encuentras algunos factores que dificulten la relación personal con tu entrenador? En caso afirmativo ¿De qué tipo?

¿Consideras que tu entrenamiento está totalmente adaptado a tus características e intereses personales? En caso negativo ¿Qué crees que le faltaría?

¿Cómo distribuyes tu entrenamiento a lo largo de la semana? ¿Cuántas horas entrenas al día? ¿Y días a la semana?

Tabla 1: Dimensiones del cuestionario y variables

Dimensiones	Variables
Aspectos sociodemográficos deportistas	Edad Nivel de estudios y ocupación laboral deportistas Estatus sociodemográfico
Aspectos de entrenamiento	Adaptación del entrenamiento al ciclo menstrual Sugerencias de mejora respecto a su entrenamiento Retribución económica del entrenador Dirección del entrenamiento a las deportistas
Perfil sociodemográfico del entrenador	Edad Titulación deportiva y estudios Ocupación laboral
Relación deportista-entrenador	Valoración relación profesional del entrenador Valoración cualidades atribuibles a un buen entrenador Incidencias externas interacción deportista-entrenador

Análisis de datos

Para el tratamiento de los datos de las encuestas se utilizó el programa estadístico SPSS 15.0. El análisis estadístico consistió según la tipología de variables, en extraer los estadísticos descriptivos (frecuencias y porcentajes) y el contraste de variables entre grupos mediante la pruebas no paramétricas U de Mann-Whitney.

Desde la matriz de intersección de categorías de doble entrada obtenida con el programa NUDIST VIVO 10 se fue reconstruyendo el discurso de los personajes clave entrevistados, para posteriormente pasar a un análisis comparativo de las percepciones de los participantes.

Resultados

Dirección del entrenamiento de las deportistas

A la pregunta de ¿quién te dirige el entrenamiento? las respuestas son variadas. La mayoría de las ciclistas no tienen entrenador (47.5%) y las que sí lo tienen se decantan por un entrenador amateur (31.1%). Las triatletas son entrenadas en su mayoría por un entrenador que se dedica profesionalmente al entrenamiento (42.1%), aunque existe un amplio segmento de triatletas que se entrenan ellas mismas (29.4%). Destaca especialmente la ausencia de entrenadoras amateurs y profesionales que entrenen a ciclistas y triatletas.

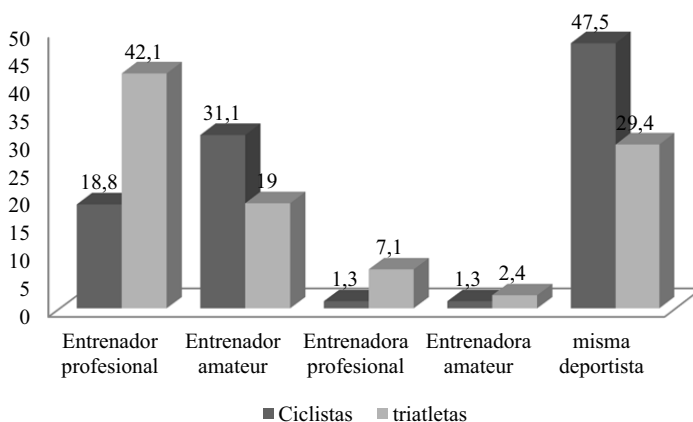


Gráfico 1: Relación porcentual de los entrenadores de las ciclistas y triatletas

Todas las ciclistas y triatletas entrevistadas han sido y son entrenadas por hombres, salvo una de las triatletas amateurs que actualmente se entrena ella misma.

Interacción del entrenador/a con las ciclistas y triatletas a las que entrena

Las ciclistas y las triatletas en su mayoría no tienen un contacto directo personal con su entrenador. Las triatletas que tienen entrenador refieren en un 37.3% que su entrenador le dirige el entrenamiento de forma semipresencial, mientras que un 20% de ciclistas se comunican con su entrenador fundamentalmente de manera on-line.

Adaptación del entrenamiento a las características individuales de las deportistas

La mayoría de las ciclistas (36.3%) y las triatletas (37.3%) afirman que su entrenamiento no está adaptado a sus características individuales. Las deportistas que no tienen entrenador entrenan según sus propias sensaciones. Un alto porcentaje de deportistas de ambos deportes no tienen el entrenamiento adaptado a sus características biológicas (ciclo menstrual) tal y como se muestra en el gráfico 2. Asimismo, es mayoritaria la población entrevistada de ciclistas y triatletas tanto amateurs como profesionales en la que no se

tiene en cuenta el ciclo menstrual en la estructuración de su entrenamiento.

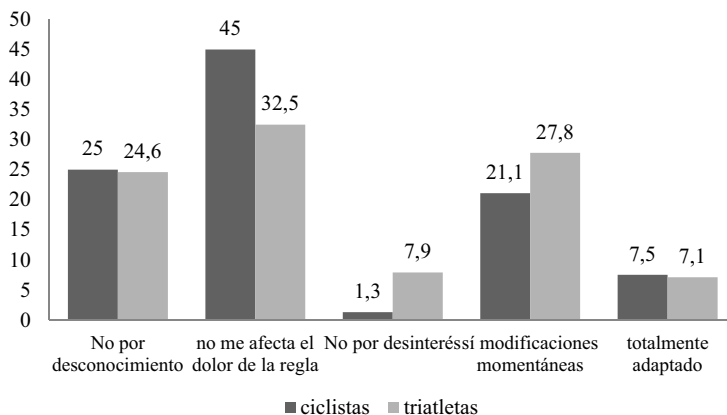


Gráfico 2: Relación porcentual de la adaptación del entrenamiento por parte del entrenador al ciclo menstrual de las ciclistas y triatletas

T.P. nº1 dice: "yo creo que está adaptado pero no totalmente, porque te digo somos un grupo y si quieres que el grupo funcione y vaya bien no todo va a ser, va a estar bien para todos, en cuanto a ciclos menstruales la verdad es que no, que eso creo que se debería tener en cuenta y no se tiene para nada en cuenta. En nuestro caso no se tiene en cuenta".

T.A. nº1 dice: "no, no se suele hacer casi nunca, y si compras libros especializados del tema tampoco te separan hombre de mujer; te hacen cuatro comentarios chorras así a nivel genérico pero no se habla sobre ello, parece un tema tabú".

C.A. nº2 dice: "no lo sé, la verdad es que no sé si tengo el entrenamiento adaptado al ciclo menstrual, muchas veces cuando no me sentía bien con la regla le decía, mira por el tema de la regla no, entonces descansaba, relajada, no tenía una planificación teniendo en cuenta el ciclo menstrual, y teniendo en cuenta muchas cosillas, yo que sé, si una semana no puedo entrenar lo que tienes que entrenar, era un poquito cabeza cuadrada, (risas), un poquito".

Sugerencias de mejora de las deportistas respecto a su entrenamiento

Ambos grupos de deportistas señalan tres variables importantes para la mejora de su entrenamiento: tener un entrenador/a cualificado/a, más supervisión de las sesiones de entrenamiento por parte de su entrenador/a y un seguimiento nutricional, biomecánico y médico. A la mayoría de las ciclistas encuestadas (18.8%) les gustaría tener un entrenador cualificado y un seguimiento nutricional/ biomecánico y médico (18.8%). Las triatletas mencionan en primer lugar más supervisión de las sesiones de entrenamiento por parte de sus entrenadores/as para mejorar su entrenamiento, seguimiento nutricional, biomecánico y médico y en tercer lugar un entrenador más cualificado.

Estos datos coinciden con la población del universo de estudio entrevistada la cual refiere deficiencias en su entrenamiento como la falta de un seguimiento nutricional o especificidad del entrenamiento para la mejora del rendimiento.

T.P. n°2 dice: "creo que necesito más apoyos, o sea, independientemente del resto de las personas, sólo como entrenador; creo que necesitaría entrenos más específicos de cara a unos juegos olímpicos, porque si como voy hasta ahora estamos viendo, no te estoy diciendo ganar, no llegar a los juegos y ganar, pero si puedo dar mucho más de sí, por qué no probar si la carrera más importante de mi vida está a siete semanas".

T.A. n°2 dice: "Sí. ¡hombre! eso es que estaría mejor. ¡Está claro! Si nutricional yo creo que sí. Además, lo he comentado con mi entrenador; se lo he dicho y dice que no hace falta, que eso es...que hay que saber comer bien y ya está, y biomecánico tampoco te vayas a creer, ahí tampoco he trabajado nada".

Retribución económica del entrenador

De las deportistas que tienen entrenador sólo un 30% de los entrenadores ciclistas y un 42.9% de los entrenadores de triatlón son retribuidos económicamente por el entrenamiento realizado. El porcentaje más alto de ciclistas (10%) aportan una remuneración económica anual a sus entrenadores de 600 y 1000 euros anuales, mientras que las triatletas (16.7%) aportan entre 200 y 600 euros anuales. Todas las ciclistas y triatletas entrevistadas que tienen entrenador remuneran a su entrenador por el entrenamiento.

Factores externos que influyen en la comunicación deportista-entrenador

La mayoría de las ciclistas y triatletas un (52.5%) y un (57.1%) respectivamente, no hacen referencia a ningún factor externo importante que les imposibilite su interacción con el entrenador. Tan sólo un 7.1% de las triatletas señalan la distancia entre ambos y falta de comunicación como limitante en la relación con su entrenador.

Perfil sociodemográfico de los entrenadores

En los entrenadores de las deportistas, si bien no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en la variable "Edad", ($p=0.599$) siendo de (36.4 ± 8.881) en el caso de los entrenadores de las ciclistas y de (35.26 ± 8.298) la de los entrenadores de las triatletas, al clasificar la muestra por "Nivel de estudios", se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p<0.010$). Mientras que un (28.1%) de los entrenadores de las triatletas son licenciados en educación física, tan sólo un (7.5%) de las muestra de entrenadores de las ciclistas lo son, predominando en este grupo los que sólo tienen en su formación cursos federativos de ciclismo a nivel regional (15%) y los que no tienen ningún tipo de estudio (10%).

Teniendo en cuenta la profesión desempeñada la mayoría de los entrenadores de las triatletas son entrenadores profesionales (15.9%) y la mayoría de los entrenadores ciclistas son deportistas profesionales (10%).

De las ciclistas entrevistadas sólo las dos ciclistas profesionales tienen o han tenido entrenadores con alto nivel de cualificación deportiva mientras que las ciclistas amateurs son entrenadas por entrenadores que han sido ex-ciclistas profesionales. Todas las triatletas exceptuando a una de las triatletas amateurs son entrenadas por entrenadores profesionales con alto nivel de cualificación académica.

Valoración de las deportistas de la relación con el entrenador

La confianza entre entrenador deportista se sitúa como el factor más valorado por ambos grupos de deportistas, las cuales afirman no haber desconfiado en ningún aspecto de su entrenador (ver tabla 1).

Tabla 1. Valoración por parte de las deportistas de la relación con su entrenador

Factores	Ciclistas (n=80)	Triatletas (n=120)
	Media	Media
Existe total confianza entre mi entrenador y yo	3.47	3.27
Mi entrenador es mi actual pareja	1.53	1.40
Tengo contacto diario con mi entrenador	2.67	2.58
Confío totalmente en las indicaciones de mi entrenador	3.40	3.43
La relación con mi entrenador es inmejorable	3.07	3.02
La relación con mi entrenador no sobrepasa lo estrictamente lo profesional	2.63	2.11
Nunca he desconfiado en ningún aspecto de mi entrenador	3.14	3.17

Escala de Likert (1-4 para la cual 1= nada importante, 4=totalmente importante).

Valoración de las deportistas de las cualidades atribuibles a un buen entrenador

Las deportistas de ambos deportes consideran que sus directores, entrenadores tienen gran capacidad de liderazgo, visión táctica y planteamiento en carrera. Asimismo, afirman que no muestran una actitud y comportamiento machista en su relación con ellas. Los factores más valorados son la buena formación del técnico en el deporte específico, conexión con las corredoras y esfuerzo del entrenador/director para conseguir lo mejor de ellas mismas (ver tabla 2).

Tabla 2. Valoración por parte de las deportistas de las cualidades atribuibles a un buen entrenador

Características director ciclismo/entrenador de triatlón	ciclistas (N=80)	triatletas (N=82)
VISIÓN TÁCTICA Y PLANTEAMIENTO EN CARRERA		
Prepara y planifica las competiciones	2.83	2.09
Domina la estrategia antes de la carrera	2.39	2.11
Me da instrucciones antes de la carrera	2.73	2.19
Me da instrucciones durante la carrera	2.60	2.09
Analiza conmigo la carrera una vez terminada	2.49	2.71
CAPACIDAD DE LIDERAZGO		
Se pone en mi lugar	2.65	3.23
Sabe de ciclismo/triatlón	3.25	3.11
Es un líder	2.45	3.33
Se hace respetar	2.83	3.36
Su opinión es siempre la que cuenta	1.69	1.46
ACTITUD Y COMPORTAMIENTO CON LAS DEPORTISTAS		
Es machista	1.19	1.05
hace comentarios poco respetuosos	1.16	1.02
Su lenguaje es rudo/malhablado	1.15	1.04
Conecta con las corredoras	3.13	3.31
Nos tiene en cuenta para tomar decisiones	2.69	2.40
Se esfuerza por conseguir lo mejor de nostras mismas	3.03	3.30
Está muy preparado para la labor	2.86	2.93

Escala de Likert (1-4 para la cual 1= nada importante, 4=totamente importante).

Discusión

El primer factor analizado en la investigación es el tipo de entrenadores/as que dirigen el entrenamiento a las deportistas. A la vista de los resultados podemos concluir que la mayoría de los entrenadores que dirigen a las ciclistas y triatletas son hombres, siendo muy pocas entrenadoras las que se dediquen a dirigir a las deportistas. Este resultado coincide con otros estudios donde la insuficiente representación de las mujeres en el entrenamiento y en particular en el alto nivel está bien documentada (Norman, 2014; Greenhill, Auld, Cuskelly & Hooper, 2009; Reade, Rodgers & Norman, 2009), así como las dificultades y barreras con las que se encuentran para desarrollar su profesión (Norman, 2014; Greenhill, Auld, Cuskelly & Hooper, 2009). En España la evidencia estadística revela que el entrenamiento es un ámbito masculino. Los datos concernientes actualmente el número de técnicas de alta competición es del 19.8%, dato muy inferior respecto al número de técnicos que representan un 80.7% (CSD, 2014). En diversos estudios de ciclismo y triatlón español podemos corroborar cómo la totalidad de entrenadores y personal de alta competición son hombres (Leruite, 2014; Ruiz, 2014; Ruiz & Salinero, 2011, 2012).

Si tenemos en cuenta el elevado número de deportistas que no tienen entrenador podemos considerar este dato como muy negativo, ya que se debe seguir un entrenamiento previamente planificado, controlado, adecuando a las cargas de entrenamiento, al deporte y a la deportista en cuestión (Mujika, 2009). Resulta además paradójico como la mayoría de las deportistas de ambos deportes que sí tienen entrenador afirman que su entrenamiento no está adaptado a sus características personales y que incluso no se tienen en cuenta variables fisiológicas específicas de la mujer como el ciclo menstrual, no mostrando muchas de ellas importancia por esta variable que influye directamente sobre su entrenamiento. Podemos observar a raíz de los resultados que los entrenadores siguen reproduciendo patrones de entrenamiento dirigidos al sujeto masculino que obvian aspectos fundamentales en el entrenamiento de las deportistas como sus características psicofisiológicas que pueden mermar su capacidad competitiva. Diversos estudios han mostrado la importancia de incidir tanto en el ciclo menstrual como en aspectos nutricionales y psicológicos para la consecución de un rendimiento deportivo elevado y frenar las consecuencias adversas sobre la salud como la triada de la deportista que hace referencia a la interrelación de tres entidades médicas diferenciadas que coexisten en la atleta y que pueden derivarse de una mala planificación del entrenamiento: alteración de la conducta alimentaria, disfunción menstrual y osteopenia prematura (Nowicka et al., 2013, Guijarro, de la Vega & del Valle, 2009; Izquierdo, Cabrera, Almenares & García; 2006). Además, los entrenadores que tienen el conocimiento, actitudes y habilidades sobre este problema son más partícipes en comportamientos preventivos y educativos en las deportistas que pueden advertir los efectos negativos de la triada sobre la salud (Nowicka et al., 2013; Plateau, McDermott, Arcelus & Meyer, 2014; Selby & Reel, 2011). Resulta además llamativo como a pesar de que la triada es una condición de salud relativamente recién definida (Yeager, Agostini, Nattiv & Drinkwater, 1993) siendo probable que los entrenadores más experimentados no recibieran una educación específica para abordar esta cuestión, los entrenadores estudiados al ser especialmente jóvenes no tengan el nivel de preparación necesario para abordar esta problemática y más tratándose de deportes de resistencia como el ciclismo y el triatlón en los que se realiza un especial énfasis en el bajo peso para un mayor rendimiento.

Teniendo en cuenta el nivel de estudios de los entrenadores de ciclistas y triatletas, se ha podido evidenciar que los entrenadores de triatlón tienen una amplia formación directamente relacionada con su profesión como entrenador. Este resultado es similar al

realizado con una muestra de 15 entrenadores de alto nivel de triatlón, donde un 80% eran licenciados en educación física (Ruiz & Salinero, 2011). Los ciclistas, sin embargo no tienen una formación tan específica, careciendo muchos de ellos de los recursos y conocimiento suficientes para desarrollar su profesión de una forma óptima basándose fundamentalmente en su experiencia y sentido común como corredores profesionales. Consideramos este último dato como muy perjudicial, ya que es fundamental la preparación y capacitación profesional del entrenador para la consecución de los objetivos deportivos y formativos propuestos (Mesquita, Isidro & Rosado, 2010). Ciclistas y triatletas demandan más atención y comunicación por parte de su entrenador, jugando la comunicación una parte importante en la relación atleta/entrenador para conseguir el éxito en el rendimiento deportivo (Haselwood, Joyner, Burke, Geyerman, Czech & Munkasy, 2005).

Retomando el tercer objetivo del estudio referido a la valoración de la relación personal con el entrenador, la cualidad más valorada por ambos grupos de deportistas fue la confianza depositada en su entrenador, no manifestando las deportistas casos de machismo o discriminación por razón de género de los entrenadores. Asimismo, entre las cualidades atribuibles a los entrenadores destacaron la formación del técnico en el deporte específico en concreto, conexión con las corredoras y esfuerzo del entrenador/a para conseguir lo mejor de ellas mismas. Estos resultados coinciden con el estudio anteriormente descrito referido a las cualidades del entrenador de alto nivel en triatlón (Ruiz & Salinero, 2011) en el que los entrenadores valoran como factores más importantes que debe tener un entrenador en la relación con sus atletas: confianza para el diálogo personal, conocimientos de entrenamiento y capacidad para motivar y animar.

Conclusión

Teniendo en cuenta los resultados podemos concluir que la interacción del binomio entrenador-deportista es muy buena, a pesar de que la comunicación entre ellos no es muy directa y continua. Las deportistas confieren mucha importancia tanto a la confianza con su entrenador como a aspectos fundamentales como los conocimientos de entrenamiento y capacidad para motivar y animar. El entrenador se muestra como una figura dinamizadora que favorece la participación competitiva de las deportistas, dada su alta implicación en un "deporte no profesionalizado" donde compagina su labor como entrenador con otro trabajo fundamentalmente relacionado con la actividad física. No obstante, a pesar de que los entrenadores de triatlón poseen un nivel académico alto y específico de la profesión que ejercen no ocurre lo mismo con los entrenadores ciclistas, los cuales no tienen la cualificación necesaria para entrenar a ciclistas federadas de medio-alto nivel. Así mismo, la reproducción de patrones de entrenamiento dirigidos a hombres obvian aspectos fundamentales en el entrenamiento de las deportistas como sus características fisiológicas que pueden mermar su capacidad competitiva y desencadenar problemas de salud graves como la triada de la deportista si no se tienen en cuenta determinados factores en la planificación deportiva. Los resultados que arroja esta investigación sacan a la luz que es necesaria la inclusión de más mujeres en el entrenamiento deportivo mediante la facilitación de política de cuotas por parte de las federaciones y organismos deportivos para representar de una forma lo más fidedigna posible la sociedad actual. Si bien es positiva la relación entrenador-deportista, se hace necesario un trato y comunicación más continua entre ambos y una formación más específica del entrenamiento orientado a la mujer deportista de los entrenadores de ambos deportes donde se tengan en cuenta variables fisiológicas, nutricionales, psicológicas que influyan en el rendimiento de las ciclistas y las triatletas. Las entidades que regulan el mundo deportivo (federaciones deportivas, facultades de ciencias del deporte) deben ofrecer programas de educación a los entrenadores con su correspondiente certificación. En futuras investigaciones deben contrastarse las valoraciones de los entrenadores con las propias deportistas y ampliar las referencias de ambos en cuanto a su experiencia deportiva y estrategia de planificación.

Bibliografía

- Beardley, D. (2004). Disordered eating among athletes: a comprehensive guide for health professionals. *Journal of Nutrition Education & Behaviour*, 36(6), 337.
- Becker, J. (2009). It's not what they do, it's how they do it: athletes experiences of great coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8, 93-119.
- Beals, K. A. (2000) Subclinical eating disorders in female athletes. *Journal of Physical Education, Recreation, & Dance*, 71(7), 22-29.
- Bryman, A. (2004). *Social research methods*. New York: Oxford University Press.
- Cavalheiro, C. A., Soter, P. C., & Gagliardi, P. C. (2005). Multidisciplinary Training: The Orbital Model. *New Studies in Athletics*, 20(4), 7-18.
- Coelho, G. M. de O., Gomes, A. I. da S., Ribeiro, B. G., & Soares, E. de A. (2014). Prevention of eating disorders in female athletes. *Journal of Sports Medicine*, 5,105–113.
- Cushion, C. J., Armour, K. M., & Jones, R. L. (2006). Locating the Coaching Process in Practice: Models 'for' and 'of' Coaching. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 11(1), 83-99.
- De Bosscher, V., & De Knop, P. (2002). The influence of sports policies on international success: An international comparative study. Trabajo presentado en Sport for All and Elite Sport: Rivals or partners? 9th World Sport for All Congress, Ahrnem (Ned).
- Fraile, A., & Vizcarra, T. (2009). La investigación naturalista e interpretativa desde la actividad física y el deporte. *Revista de Psicodidáctica*, 14(1), 119-132.
- Fink, A. (1995). How to sample in surveys. Thousand Oaks: Sage.
- García Ferrando, M. (2002). La encuesta. En F. Alvira, M. García Ferrando, y J. Ibáñez (comps.), *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 167-202). Madrid: Alianza Editorial.
- García Ferrando, M. (1987). La mujer en el deporte de alta competición: conflicto de roles y adaptación al modelo deportivo dominante. El caso del atletismo español, en publicaciones de *Mujer y Deporte*, Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer, 21-51.
- Greenhill, J., Auld, C., Cuskelly, G., & Hooper, S. (2009). The Impact of Organisational Factors on Career Pathways for Female Coaches. *Sport Management Review*, 12(4), 229-240.
- Guijarro, E., De la Vega, R., & del Valle, S. (2009). Ciclo menstrual, rendimiento y percepción del esfuerzo en jugadoras de fútbol de élite. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(34), 96-104.
- Hargreaves, J. (1994). *Sporting females: critical issues in the history and sociology of women's sports*. London: Routledge.
- Haselwood, D. M., Joyner, A.B., Burke, K.L., Geyerman, C.B., Czech, D. R., Munkasy, B.A., & Zwald, A. (2005). Female athlete perceptions of head coaches' communication competence. *Journal of Sport Behavior*, 28(3), 216-230.
- Izquierdo Miranda, Z., Cabrera Oliva, V.M., Almenares Pujadas, M.E., & García Ucha, F. (2006). Actualización, pronóstico y medidas de intervención para la tríada de la mujer deportista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6(24), 188-199.

- Jones, R. L., Armour, K. M., & Potrac, P. (2002). Understanding the Coaching Process: A Framework for Social Analysis. *Quest*, 54(1), 34-48.
- Leruite, M. (2014). Analysis of gender policies of the spanish cycling and triathlon federations from the point of view of representative athletes and expert technicians, *J Sci Cycling*, 3(3), 34-43.
- Leruite, M., Morente-Sánchez, J., Martos, P., Girela, M.J., & Zabala, M. (2014). Analysis of the sporting context of Spanish female competitive cyclists and triathletes. *Internacional Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*. In press, available at: <http://cdeporte.rediris.es/revista/impres/artanalisis743e.pdf>.
- MacKinnon, V. (2011). Techniques for instructing female athletes in traditionally male sports: A case study of LPGA teaching professionals. *The International Journal of Sport and Society*, 2(1), 75-87.
- Mesquita, I., Isidro, S., & Rosado, A. (2010). Portuguese coaches' perceptions of and preferences for knowledge sources related to their professional background. *Journal of Sports Science and Medicine*, 9(3), 480-489.
- Mujika I. Tapering and peaking for Optimal Performance. Champaign, II: Human Kinetics. 2009.
- Norman, L.(2013). The challenges facing women coaches and the contribution they can make to the profession. *International Journal of Coaching Science and Sport*, 7(2), 3-23.
- Norman, L.(2014). A crisis of confidence: women coaches' responses to their engagement in resistance. *Sport, Education & Society*, 19(5), 532-551.
- Norman, L., & French, J. (2013). Understanding how high performance women athletes experience the coach-athlete relationships. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 7, 3-24.
- Nowicka, P., Eli, k., Ng, J., Aritzsch, E., & Sundgot-Borgen., J. (2013). Moving from Knowledge to Action: A Qualitative Study of Elite Coaches' Capacity for Early Intervention in Cases of Eating Disorders. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8 (2), 343-345.
- Plateau, C. R., McDermott, H.J., Arcelus, J., & Meyer, C. (2014). Identifying and preventing disordered eating among athletes: Perceptions of track and field coaches. *Psychology of Sport & Exercise*, 15(6), 721-728.
- Pérez, M. C. (2001). Estudio cualitativo sobre entrenadores de alto rendimiento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 11(1), 9-33.
- Reade, I., Rodgers, W., & Norman, L. (2009). The Under-Representation of Women in Coaching: A Comparison of Male and Female Canadian Coaches at Low and High Levels of Coaching. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4(4), 505-520.
- Ruiz T, G. (2014). ¿El buen entrenador nace o lo hace el deportista? El camino hacia el alto nivel en triatlón. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 377-386.
- Ruiz T, G., Salinero Martín, J. J., & Sánchez Bañuelos, F. (2008). Valoración del perfil sociodemográfico en el triatleta: el ejemplo de Castilla la Mancha: Nivel de implicación y entorno. *Apunts*, 92, 5-14.
- Ruiz T, G., & Salinero Martín, J. J. (2011). High-level triathlon coach: close environment and basic performance qualities. *RECIDE: International Journal of Sport Science*, 7(23), 113-125.

- Ruiz T, G., & Salinero Martín, J. J. (2012). Psycho-social factors determining success in high performance triathlon: compared perception in the coach-athlete. *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*, 115(3), 865-880.
- Selby, C. B., & Reel, J.J. (2011). A coach's guide to identifying and helping athletes with eating disorders. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(2), 100-112.
- Solfrid Bratland, S., & Sundgot-Borgen, J. (2012). Eating disorders in athletes: Overview of prevalence, risk factors and recommendations for prevention and treatment. *European Journal of Sport Science*, 13(5), 499-508.
- Yeager, K. K., Agostini, R., Nattiv, A., & Drinkwater, B. (1993). The female athlete triad: Disordered eating, amenorrhea, osteoporosis. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 25, 775-777.

Contexto de entrenamiento y nutrición de las ciclistas y triatletas españolas

Leruite, M., Muros, JJM., Zabala, M. (2015)

Departamento de Educación Física
Facultad de Ciencias del Deporte (Universidad de Granada)

(ARTÍCULO SOMETIDO)

Contexto de entrenamiento y nutrición de las ciclistas y triatletas españolas

Spanish female cyclists and Spanish female triathletes' performance environment and nutrition

¹M^a Teresa Leruite Cabrera, ²José Joaquín Muros Molina ³Mikel Zabala Díaz

¹Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mayteleruite@ugr.es.

²Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Nutrición. Facultad de Farmacia. Universidad de Granada. (España). jjmuros@ugr.es.

³Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mikelz@ugr.es.

Correspondencia a:

M^a Teresa Leruite Cabrera

Departamento de Educación Física y Deporte,

Facultad de Ciencias del Deporte

Universidad de Granada,

Ctra. Alfacar s/n, Granada 18011

España

Tel. /Fax: +34660360320 - +34958244363

E-mail: leruite@correo.ugr.es

Resumen

El objetivo del presente estudio fue determinar el entorno próximo de las deportistas teniendo en cuenta sus características de entrenamiento, conductas alimenticias y posibles trastornos alimenticios. En la siguiente investigación participaron 80 ciclistas (28 años \pm 9.4) de 14 federaciones españolas de ciclismo y 126 triatletas (30 años \pm 8) de 16 federaciones territoriales de triatlón y 8 ciclistas y triatletas (4 amateurs y 4 profesionales). El instrumento utilizado fue la encuesta y entrevista semiestructurada. Teniendo en cuenta los resultados podemos concluir que el ambiente deportivo en el que se desenvuelven las ciclistas y triatletas es bueno, aunque su nivel de entrenamiento y competición no se corresponde con un "nivel aficionado" lo que se debe principalmente al modelo organizativo de contraprestaciones que hacen que prioricen su participación lúdica a la competitiva al no poder dedicarse de forma profesional a su actividad deportiva. Los resultados negativos que arroja esta investigación sobre posibles casos de anorexia y bulimia nerviosa sacan a la luz que es necesario que las ciclistas y triatletas lleven un entrenamiento estructurado y guiado por su entrenador cualificado con una formación más específica del entrenamiento orientado a la mujer deportista donde se tengan en cuenta variables fisiológicas, psicológicas y nutricionales que influyan en el rendimiento de las ciclistas y las triatletas.

Palabras clave: ciclistas, triatletas, factores de entrenamiento, trastornos alimenticios

Abstract

The main objective of this research was to establish the close environment of female athletes keeping in mind their performance characteristics, eating habits and eating disorders. 80 cyclists (28 years old \pm 9.4 years) from 14 territorial cycling federations and 126 triathletes (30 years old \pm 8 years) from 16 territorial triathlon federations and 8 cyclists and triathletes (4 amateurs and 4 professional) took part in this descriptive study. The instrument used was the semi-structured questionnaire and the interview. Considering the results, we can conclude that the sport environment where cyclists and triathletes perform is good, although their level of training and competition does not match with an "amateur level" which is mainly due to the organizational model of consideration that fun prioritizes their participation in competition, since they are unable to devote themselves professionally to their sport. The negative results of possible cases of anorexia and bulimia nervosa shown by this research bring to light that cyclists and triathletes need structured training guided by a coach with specific female athlete-training qualifications, taking into account the physiological, psychological and nutritional variables that influence the performance of cyclists and triathletes.

Key Words: cyclists female; triathletes female, performance factors, disordered eating.

Introducción

Durante los pasados treinta años ha sido sustancial el crecimiento de las mujeres en el deporte (Hargreaves, 1994). Sin embargo, el contexto deportivo ha sido durante mucho tiempo dominado por hombres y, en consecuencia, las prácticas y los métodos de entrenamiento han sido principalmente desarrollados por profesionales masculinos y con frecuencia adaptadas hacia una base de participantes masculinos (MacKinnon, 2011). El ciclismo y el triatlón, son objeto de numerosas investigaciones en las que sin embargo pasan desapercibidos factores que pueden estar influyendo en el éxito deportivo de los y las deportistas (Ruiz & Salinero, 2012; 2011; Ruiz, Salinero & Sánchez Bañuelos, 2008). La mayoría de los estudios están enfocados desde el punto de vista fisiológico, biomecánico y nutricional de los deportistas, siendo pocos los estudios centrados en el contexto deportivo del sujeto femenino (Leruite, Morente Sánchez, Martos, Girela & Zabala, 2014). No obstante, cada vez es más es el interés que suscitan los aspectos sociales de las ciclistas y triatletas (Atkinson, 2007; Brown & O'Connor 2007; Brown, O'Connor & Barkatsas, 2009; Cronan & David Scott, 2008; Garrard, 2003; Hendy & Boyer 1993; Lamont & Kennelly, 2012; Levy, 2002; O'Connor & Brown, 2007; Ruiz & Salinero, 2012).

Aunque la relación entre el contexto deportivo y aspectos como los desórdenes alimenticios han incrementado la atención en los últimos años (Coelho, Gomes, Ribeiro, & Soares, 2014) son numerosos los estudios que muestran trastornos alimenticios en las deportistas en todos los ámbitos y niveles del deporte (Izquierdo Miranda, Cabrera Oliva, Almenares Pujadas & García Ucha, 2006; Coelho et al., 2014; Nowicka, Eli, Ng, Apitzsch & Sundgot-Borgen, 2013) y cómo los entrenadores y el entorno próximo de las deportistas tienen en muchos casos insuficiente información o formación relacionada con estos problemas (Nowicka et al., 2013; Plateau, McDermott, Arcelus & Meyer, 2014; Selby & Reel, 2011). Resulta además llamativo como a pesar de que la tríada es una condición de salud relativamente recién definida (Yeager, Agostini, Nattiv & Drinkwater, 1993) siendo probable que los entrenadores más experimentados no recibieran una educación específica para abordar esta cuestión, los entrenadores actuales no tengan el nivel de preparación necesario para abordar esta problemática y más tratándose de deportes de resistencia como el ciclismo y el triatlón en los que se realiza un especial énfasis en el bajo peso para un mayor rendimiento (Hoch, Stavrakos & Schimke, 2007; Condevaux, 2005; Sundgot-Borgen, & Torstveit, 2010).

Nuestro estudio se centra en el ámbito teórico que ofrece la teoría de sistemas (Bertalanffy, 1968) en la que la deportista no puede ser entendida sin una concepción integral de ella misma y de su entorno (Ruiz & Salinero, 2011). El rendimiento de la deportista es visto como el resultado de la interacción entre el atleta, entrenador y el entorno de entrenamiento (Cavalheiro, Soter & Gagliardi, 2005). Conocer el contexto de entrenamiento en el que se desarrolla la labor de las deportistas, nos va a permitir establecer un camino óptimo para el desarrollo y mejora de las condiciones en las cuales tiene lugar el proceso de entrenamiento deportivo, pudiendo paliar efectos negativos derivados de una mala planificación del entrenamiento de la deportista en cuestión.

Así pues dentro del siguiente estudio se plantean los siguientes objetivos:

1. Describir el entorno próximo de las ciclistas y triatletas españolas teniendo en cuenta los siguientes factores: participación de familiares directos, grado de satisfacción con los diferentes agentes del entorno (club o equipo deportivo, otras deportistas).
2. Describir las características de entrenamiento, salud y descanso de las deportistas.
3. Determinar las prácticas nutricionales y posibles trastornos alimenticios.

Método

Participantes

Un total de 80 ciclistas ($28 \pm 9,4$ años) de 14 federaciones territoriales de ciclismo y 126 triatletas (30 ± 8 años) de 16 federaciones territoriales de triatlón participaron en el siguiente estudio descriptivo. Se seleccionaron todas las ciclistas y triatletas con carácter competitivo a partir de la categoría júnior, con licencia federativa expedida por la Real Federación Española de Ciclismo (RFEC) y la Federación Española de Triatlón (FETRI). Un 42% de las triatletas son universitarias mientras que un 27.5% de las ciclistas cursan bachiller superior. Mientras que un 65% de las ciclistas y un 57.1% de las triatletas pertenecen a la clase media, un 32,5% de las triatletas y un 16.3% de las triatletas tienden hacia una clase media-alta. Además, para profundizar más en las variables de estudio se llevaron a cabo entrevistas en profundidad. Se seleccionaron 8 deportistas con los siguientes perfiles: 4 ciclistas y 4 triatletas (2 amateurs y 2 profesionales), participando las amateurs en competiciones de índole territorial y nacional y las profesionales en competiciones internacionales, siendo 2 de ellas olímpicas y las otras 2 campeonas del mundo en sus disciplinas deportivas.

Instrumento

Los instrumentos utilizados fueron el cuestionario y la entrevista semiestructurada. El cuestionario ha resultado ser el más utilizado en este campo científico de la sociología descriptiva (García Ferrando, 2002). El proceso de construcción de la herramienta siguió dos vías: 1) revisión bibliográfica sobre cuestionarios sociológicos relacionados con el contexto de entrenamiento y competición de las deportistas españolas (García Ferrando, 1987; Ruiz, Salinero & Sánchez Bañuelos, 2008) 2) propuestas de expertos en la materia a partir de una tormenta de ideas (brainstorming) para definir las variables objeto de estudio. Finalmente, tras la aprobación por el comité de expertos, se definieron dos cuestionarios semiestructurados agrupados en 2 dimensiones con sus respectivas variables (ver tabla 1). El tiempo necesario para completarlos fue de 30 minutos aproximadamente. Se garantizó por escrito (carta de presentación del estudio) el anonimato, así como el carácter voluntario en cuanto a la participación en la investigación. Ambos cuestionarios junto con las instrucciones precisas para su cumplimentación se enviaron por correo electrónico (vía e-mail) a las ciclistas y triatletas de las 19 federaciones territoriales de cada uno de los deportes, obteniéndose una tasa de respuesta del 75% en el caso de las ciclistas y 65% de las triatletas. Desde una perspectiva cualitativa, el desarrollo de la investigación se posiciona en el paradigma interpretativo utilizando una metodología cualitativa con un carácter descriptivo, relacional e interpretativo (Fraile & Vizcarra, 2009). Una vez analizadas las dimensiones por el grupo de expertos se procedió a realizar las preguntas de las entrevistas siguiendo las recomendaciones propuestas de autores como Bryman, (2004); Fink, (1995). Además, se utilizaron como documentos de apoyo para la construcción del sistema de categorías los siguientes: guión de entrevista previo a los participantes y estudios científicos previos relacionados con los objetivos planteados en la investigación. Finalmente se realizó una entrevista piloto antes de la realización definitiva de las entrevistas a los participantes. Una vez validadas las entrevistas y una vez ajustadas, utilizando seudónimos para proteger la identidad de los entrevistados, se dieron por válidas para su utilización. Las entrevistas tuvieron una duración de 20 minutos aproximadamente y se tomaron notas durante la realización de las mismas.

A continuación se exponen ejemplos de preguntas de las entrevistas:

¿Algún miembro de tu familia ha estado involucrado en el triatlón, ya sea como deportista, entrenador, juez....?

¿Estás en un equipo de triatlón? ¿Cuáles son los motivos principales por los estás en un equipo de triatlón?

¿Participas sólo como deportista u ocupas algún cargo directivo en el club de triatlón al que perteneces?

¿Cómo calificarías tu relación con el resto de triatletas del equipo?

¿Cómo te resulta económicamente la práctica del triatlón/ciclismo?

¿Tienes entrenador? ¿Cómo calificarías la relación con tu entrenador?

¿Consideras que tu entrenamiento está totalmente adaptado a tus características e intereses personales? En caso negativo ¿Qué crees que le faltaría?

¿Cómo distribuyes tu entrenamiento a lo largo de la semana? ¿Cuántas horas entrenas al día? Y días a la semana?

¿Qué instalaciones deportivas utilizas habitualmente? ¿Te parecen suficientes?

¿Con quién entrenas habitualmente?

¿Tienes algún tipo de lesión que dificulte tu rendimiento deportivo?

¿Qué pautas nutricionales sigues? ¿Tomas algún tipo de suplemento alimenticio?

Tabla 1: Dimensiones del cuestionario y variables

Dimensiones	Variables
Entorno deportivo	Práctica deportiva de familiares directos Pertenencia al club, grado de participación y motivos de participación el mismo Aspectos socioeconómicos Grado de satisfacción y trato con diferentes agentes del entorno
Aspectos de entrenamiento salud y descanso	Peso y altura Horas y días de entrenamiento semanales Años de experiencia competitiva Dirección del entrenamiento Adaptación del entrenamiento a sus características individuales Aspectos nutricionales: Test de Kreceplus: P.1 ¿Desayunas? P.2 ¿Desayunas un lácteo? P.3 ¿Desayunas cereal o derivado (galletas, pan, pan tostado)? P.4 ¿Desayunas bollería industrial? P.5 ¿Tomas una fruta o zumo de frutas a diario? P.6 ¿Tomas una segunda fruta a diario? P.7 ¿Tomas un segundo lácteo a diario? P.8 ¿Tomas verdura fresca o cocida una vez al día? P.9 ¿Tomas verdura fresca o cocida más de una vez al día? P.10 ¿Tomas varias veces al día dulces o golosinas? P.11 ¿Tomas pescado con regularidad? P.12 ¿Te gustan las legumbres (garbanzos)? P.13 ¿Tomas pasta o arroz cocinado a diario? (más de tres veces a la semana) P.14 ¿Utilizas aceite de oliva en casa? P.15 ¿Acudes más de una vez a la semana a un fast food? P.16 ¿Tomas bebidas alcohólicas al menos una vez a la semana? Test SCOOF -¿Se podría decir que la comida domina tu vida? -¿Crees que estás muy gorda aunque los demás te digan que estás muy delgada? -¿Crees que has perdido el control sobre la cantidad de comida que digieres? -¿Crees que has perdido más de 6 kilos en los últimos 3 meses? -¿Alguna vez te sientes enferma por haber comido demasiado o muy llena? -¿Utilizas o has utilizado anteriormente algún suplemento para la mejora de tu rendimiento? -¿Has utilizado algún medicamento destinado a la mejora del rendimiento deportivo? -Aspectos de salud y descanso

Análisis de datos

Para el tratamiento de los datos de las encuestas se utilizó el programa estadístico SPSS 15.0. El análisis estadístico consistió según la tipología de variables, en extraer los estadísticos descriptivos (frecuencias y porcentajes) y el contraste de variables entre grupos mediante la pruebas no paramétricas U de Mann-Whitney, y Overall Score. Desde la matriz de intersección de categorías de doble entrada obtenida con el programa NUDIST VIVO 10 se fue reconstruyendo el discurso de los personajes clave entrevistados, para posteriormente pasar a un análisis comparativo de las percepciones de los participantes.

Resultados

Entorno deportivo

De los familiares de las ciclistas involucrados en la práctica deportiva cabe destacar al/los hermano/s (13.8%) padre/madre (10%) y pareja-cónyuge (7.5%), siendo los principales deportes practicados por éste/éstos el ciclismo (20%), fútbol (2.5%) y motociclismo (2.5%). En el caso de las triatletas, destacan el/los hermano/s (12.3%), pareja/cónyuge (10.7%) y padre/madre (9.5%). Los deportes más practicados por éste/os son/fueron el fútbol (4%), atletismo (4%), natación (3.4%), ciclismo (2.4%) y triatlón (2.4%).

El 100% de las ciclistas y el 88.1% de las triatletas pertenecen a un club deportivo. Existen diferencias estadísticamente significativas ($p < 0.000$) entre grupos en cuanto al motivo de pertenencia a un club deportivo. La mayoría de las deportistas son corredoras salvo un 17,6% de las triatletas y un 19.9% de las ciclistas que participan en su club bien como entrenadoras, voluntarias o miembros del personal federativo. El ítem "Me proporciona acceso a buenas instalaciones" es mencionado más por las triatletas que las ciclistas al ser un deporte que necesita el uso de la piscina fundamentalmente. El motivo más mencionado es la relación con deportistas de su mismo deporte, no calificando de forma positiva su pertenencia a un equipo por los recursos económicos y transporte o medios a las competiciones. El 68,8% de las ciclistas y el 76% de las triatletas no reciben ingresos económicos derivados de premios, salarios, por su actividad competitiva. En el caso de las que sí obtienen alguna remuneración la cuantía económica no supera los 500 euros anuales. La mayoría de las triatletas usan una instalación pública para desarrollar su entrenamiento, mientras que las ciclistas entrenan en lugares abiertos. La mayoría de las ciclistas y triatletas califican la relación con sus compañeras como buena- muy buena. En la población de estudio de las 8 deportistas en todas ellas existía práctica deportiva de familiares directos.

Aspectos de entrenamiento

No existen diferencias estadísticamente significativas en las horas y días de entrenamiento semanales de las ciclistas y triatletas españolas ($p < 0.000$), compitiendo las ciclistas 11.17 horas semanales y las triatletas 11.05 horas, entrenando ambas una media de 5.5 días semanales. La mayoría de las deportistas compiten a nivel federado en competiciones a nivel local, autonómico y nacional. Una amplia mayoría de las ciclistas no tienen entrenador (47.5%) y las que sí tienen se decantan por un entrenador amateur (31.3%). Las triatletas son entrenadas en su mayoría por un entrenador que se dedica profesionalmente al entrenamiento (42,1%), aunque existe un amplio segmento de triatletas que se entrenan ellas mismas (29,4%).

La mayoría de las ciclistas (36.3%) y las triatletas (37.3%) afirman que su entrenamiento no está adaptado a sus características personales, asimismo las que no tienen entrenador entrenan según sus propias sensaciones. Un alto porcentaje de deportistas de ambos deportes no tienen el entrenamiento adaptado a sus características fisiológicas (ciclo menstrual) y psicosociales. Ambos grupos de deportistas señalan tres variables importantes para la mejora de su entrenamiento: tener un entrenador/a cualificado/a, más supervisión de las sesiones de entrenamiento por parte de su entrenador/a y un seguimiento nutricional, biomecánico y médico.

Existen diferencias estadísticamente significativas entre ciclistas y triatletas en cuanto a su dedicación semanal a entrenar la técnica, forma de entrenarla ($p < 0.000$) y la estrategia/planificación de competiciones ($p < 0.003$).

Mientras que la mayoría de ciclistas (30%) entrenan la técnica de ciclismo de forma individual, las triatletas lo hacen con las compañeras (50%).

La mayoría de las ciclistas y triatletas no encuentran limitaciones técnicas en competición (72.5%) y (74.6%) respectivamente, ni limitaciones tácticas (76,3%) y (91.3%). Tal y como se observa en la tabla, aunque las deportistas afirmen que no manifiestan limitaciones técnico-tácticas, si creen que podrían mejorar a nivel técnico-táctico. Existen diferencias estadístico significativas en la variable "Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas en el equipo" puntuando más alto las triatletas.

Tabla 2. Opinión de las deportistas sobre su nivel técnico y táctico

	ciclistas n=80	triatletas n=120	ciclistas vs triatletas
	Media (SD)	Media (SD)	P
En general el nivel técnico de las chicas es muy mejorable	2.9(0.8)	2.8(0.8)	0.327
En general el nivel táctico de la chicas es muy mejorable	2.8(0.8)	2.8(0.8)	0.992
A nivel táctico las chicas somos demasiado imprevisibles en competición	2.1(0.9)	2.2(0.8)	0.405
En el trabajo de equipo las chicas somos siempre una piña	2.16(8)	2.1(0.8)	0.901
Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas del equipo	1.7(0.9)	2,1(0.9)	0.01
Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas en carrera	2.14 (1)	2.1(0.9)	0.861
Las ciclistas/triatletas se insultan y gritan en carrera	1.6(0.9)	1.3(0.7)	0.050
Las ciclistas/triatletas son muy individualistas y no hacen caso del director cuando no les conviene	1.75(9)	1.5(0.7)	0.245

Escala de Likert (1-4 para la cual 1= nada de acuerdo, 4=totalmente de acuerdo).p<0.05

Aspectos de salud y descanso

Las ciclistas duermen una media de (7.31± 1.58) y las triatletas (7.29± 1.35) aunque un amplio porcentaje de ciclistas (40%) y de triatletas (33.3%) afirman que no descansan lo suficiente.

La mayoría de las ciclistas (96.3%) y las triatletas (92.1%) califican su salud como muy buena-buena, aunque una parte importante de la muestra un 33.8% de ciclistas y un 49.2% de triatletas refieren que padecen de algún dolor, molestia y enfermedad que principalmente las ciclistas atribuyen a la mala planificación de las cargas de entrenamiento e incorrectas medidas de la bicicleta y las triatletas a una mala planificación del entrenamiento, accidentes y factores genéticos. La población de 8 deportistas califican su salud como buena muy buena (ver tabla 4).

Aspectos nutricionales

Si bien la mayoría de las deportistas de ambos deportes siguen unos hábitos nutricionales normales, no existiendo diferencias estadísticamente significativas entre ellas, destaca el poco consumo de fruta de triatletas y ciclistas y el bajo porcentaje de triatletas que toman verdura fresca o cocinada diariamente (22%). En el test de trastornos nutricionales SCOOF un 34% total de la muestra puntúa en dos de los ítems y un 23% en más de 3 ítems. De las 8 deportistas entrevistadas 2 de ellas muestran trastornos alimenticios y la C.P. nº1 ha sido testigo de ciclistas anoréxicas a lo largo de su carrera deportiva y ahora como técnica deportiva.

C.A. nº1 dice: "he sufrido amenorreas durante 8 meses. Primero, que yo no sabía que con lo que comía podía darle a los pedales, era a base de lechuga, lechuga con pollo y no desayunaba lechuga con pollo porque ya..."

C.P. nº1 dice: "pero bastantes casos de ciclistas con anorexia, tampoco una cosa normal, pero sí, hay bastantes casos. En las chicas hay muchos, y cada vez son más jovencitas, lo que yo estoy viendo ahora lo he visto desde fuera, lo he visto desde corredora en compañeras también desde fuera en niñas cadetes ya, de 15 o 16 años que yo mismo entreno y vienen y me dicen, ¿estoy gorda?, madre mía, les daría un bofetón, de verdad, es que no pued... (risas)".

Tabla 3. Puntuaciones obtenidas en el test de Krecplus

	Total N= 206	Ciclistas N= 80	Triatletas N= 126
Edad	29.62 ± 8.70	28.86 ± 9.63	30.10 ± 8.06*
Peso	56.85 ± 7.27	56.14 ± 6.44	57.31 ± 7.74
Altura	163.35 ± 7.26	162.08 ± 6.81	164.16 ± 7.45
IMC	21.23 ± 2.59	21.39 ± 2.42	21.27 ± 2.70
Nivel Estudios	4.58 ± 1.66	3.94 ± 1.72	4.99 ± 1.48***
Estatus Socioeconómico	2.13 ± 0.70	1.96 ± 0.72	2.23 ± 0.67
P.1	98 ± 13.8	98 ± 15.7	98 ± 12.5
P.2	79 ± 40.7	76 ± 42.8	81 ± 39.4
P.3	94 ± 24.4	91 ± 28.4	95 ± 21.4
P.4	11 ± 31.6	14 ± 34.7	10 ± 29.5
P.5	90 ± 29.7	86 ± 34.7	93 ± 25.9
P.6	65 ± 47.8	59 ± 49.5	69 ± 46.4
P.7	72 ± 44.8	69 ± 46.6	75 ± 43.7
P.8	85 ± 35.4	78 ± 42.0	90 ± 29.5
P.9	72 ± 44.8	65 ± 48.0	77 ± 42.3
P.10	20 ± 40.4	20 ± 40.3	21 ± 40.6
P.11	80 ± 40.0	80 ± 40.3	80 ± 40.0
P.12	93 ± 25.2	93 ± 26.5	94 ± 24.5
P.13	80 ± 39.7	85 ± 36.1	78 ± 41.7
P.14	100 ± 7.0	100 ± 0.0	99 ± 8.9
P.15	5 ± 21.5	6 ± 24.4	4 ± 19.6
P.16	32 ± 46.8	25 ± 43.6	37 ± 48.3

Discusión

El primer factor analizado en la investigación es la descripción del entorno próximo de las ciclistas y las triatletas españolas. A la vista de los resultados podemos observar como los familiares tanto de ciclistas como de triatletas están involucrados en la práctica deportiva e incluso en las mismas disciplinas deportivas en las que compiten las triatletas. En nuestro estudio al igual que en el de otros autores (Fredriks & Eccles, 2005; Miller & Levy, 1996; Sallis, Prochaska & Taylor, 2000; Wuerth, Lee & Alfermann, 2004) se demuestra el compromiso de los padres como agentes socializadores en la práctica deportiva de sus hijas así como de hermanos y parejas-cónyuges en el caso de las triatletas. Es muy alta la pertenencia a un club deportivo siendo el motivo principal la relación con deportistas de su mismo deporte, la cual califican como buena-muy buena y salvo en el caso de las triatletas que si les reporta su club el acceso a instalaciones deportivas, el motivo por el que se incorporan la gran mayoría a un club no son de índole económica sino más bien de índole socioafectiva. También, resulta interesante resaltar cómo un 8,8% de las ciclistas y un 11,9% de las triatletas colaboran organizando actividades en el seno de su organización deportiva.

La media de horas de entrenamiento/semana (11.17 h para ciclistas y 11.05 h para triatletas) y 5.5 días semanales superan las expectativas correspondientes a un perfil aficionado al igual que en el estudio sobre triatletas de (Ruiz & Salinero, 2008). Sin embargo, las ciclistas y triatletas españolas al no ver un modelo organizativo de contraprestaciones (nivel de recompensas sociales y económicas por rendimiento deportivo) que dé respuesta a su actividad competitiva, conceden a la dimensión lúdica en el deporte un papel principal (Leruite et al., 2014). En cuanto a aspectos técnico tácticos aunque las deportistas los califiquen como buenos-muy buenos creen que se podrían mejorar (ver tabla 1). Si tenemos en cuenta el elevado número de deportistas que no tienen entrenador podemos considerar este dato como muy negativo, ya que se debe seguir un entrenamiento previamente planificado, controlado, adecuado a las cargas de entrenamiento, al deporte y a la deportista en cuestión (Mujika, 2009). Resulta paradójico como la mayoría de las deportistas de ambos deportes no tienen entrenador y las que sí tienen afirman que su entrenamiento no está adaptado a sus características personales y que incluso no se tienen en cuenta variables fisiológicas específicas de la mujer como el ciclo menstrual. Aunque, el estado de salud de la mayoría de las deportistas es bueno así como sus hábitos nutricionales (adherencia a la dieta mediterránea), donde las deportistas muestran hábitos nutricionales normales a pesar del poco consumo de fruta y el bajo porcentaje de triatletas que toman verdura fresca o cocinada diariamente para una población de deportistas federadas, si atendemos al test de trastornos nutricionales de SCOOF podemos corroborar como las puntuaciones de ambos grupos de deportistas son muy altas en dos de más ítems por lo que puede haber indicios de bulimia nerviosa (BN) y anorexia nerviosa (AN) entre las deportistas al igual que en estudios realizados con otros grupos de ciclistas y triatletas donde prima el bajo peso corporal (Hoch et al., 2007; Condevaux, 2005; Sundgot-Borgen & Torstveit, 2010). De las ocho deportistas entrevistadas dos de ellas muestran desórdenes alimenticios con graves problemas en caso de una de ellas como anorexia y amenorrea continuada durante meses. Además una de las ciclistas profesionales nos relata casos de trastornos alimenticios y de anorexia entre las ciclistas profesionales en los equipos ciclistas a los que ha pertenecido. Los desórdenes alimenticios, anorexia nervosa [AN], bulimia nervosa [BN], y un control alimenticio desordenado son desórdenes críticos mentales, definidos por la Asociación Americana de Psiquiatría y por la Organización Mundial de la Salud como comportamientos anormales

en los hábitos de alimentación que pueden ser diagnosticados únicamente por un criterio y que frecuentemente aparecen en mujeres atletas (Coelho et al., 2014). Diversos estudios han mostrado la importancia de incidir tanto en el ciclo menstrual como en aspectos nutricionales y psicológicos para la consecución de un rendimiento deportivo elevado y frenar las consecuencias adversas sobre la salud como la triada de la deportista que hace referencia a la interrelación de tres entidades médicas diferenciadas que coexisten en la atleta y que pueden derivarse de una mala planificación del entrenamiento: alteración de la conducta alimentaria, disfunción menstrual y osteopenia prematura (Nowicka, et al., 2013, Guijarro, de la Vega & del Valle, 2009; Izquierdo et al., 2006). Debido al diario y al intensivo contacto con las atletas, los entrenadores están en una privilegiada posición para identificar los signos primarios de los desórdenes alimenticios y ofrecer su ayuda profesional (Condevaux, 2005).

Conclusión

Teniendo en cuenta los resultados podemos concluir que el ambiente deportivo en el que se desenvuelven las ciclistas y triatletas es bueno, aunque su nivel de entrenamiento y competición no se corresponde con un "nivel aficionado" lo que se debe principalmente al modelo organizativo de contraprestaciones que hacen que prioricen su participación lúdica a la competitiva al no poder dedicarse de forma profesional a su actividad deportiva. Así mismo, la reproducción de patrones de entrenamiento dirigidos a hombres obvian aspectos fundamentales en el entrenamiento de las deportistas como sus características fisiológicas que pueden mermar su capacidad competitiva y desencadenar problemas de salud graves como la triada de la deportista si no se tienen en cuenta determinados factores en la planificación deportiva. Los resultados negativos que arroja esta investigación sobre posibles casos de anorexia y bulimia nerviosa sacan a la luz que es necesario que las ciclistas y triatletas lleven un entrenamiento estructurado y guiado por su entrenador cualificado con una formación más específica del entrenamiento orientado a la mujer deportista donde se tengan en cuenta variables fisiológicas, psicológicas y nutricionales que influyan en el rendimiento de las ciclistas y las triatletas. En futuras investigaciones deben contrastarse las valoraciones de los entrenadores con las propias deportistas y ampliar las referencias de ambos en cuanto a su experiencia deportiva y estrategia de planificación del entrenamiento deportivo.

Bibliografía

- Atkinson, M. (2008). Triathlon, suffering and exciting significance. *Leisure Studies*, 27(2), 165-180.
- Bertalanffy, L. V. (1968). *General System Theory. Foundations, Development, Applications*. New York: George Braziller.
- Bryman, A. (2004). *Social research methods*. New York: Oxford University Press.
- Brown, T., & O'Connor, J. (2007). Real Cyclists don't race, Informal Affiliations of the Weekend Warrior. *International Review for the Sociology of Sport*, 42(1), 83-97.
- Brown, T., O'Connor, J., & Barkatsas, A. (2009). Instrumentation and motivations for organised cycling: The development of the Cyclists Motivation Instrument (CMI). *Journal of Sports Science and Medicine*, 8(2), 211-218.
- Cavalheiro, C. A., Soter, P. C., & Gagliardi, P. C. (2005). Multidisciplinary Training: The Orbital Model. *New Studies in Athletics*, 20(4), 7-18.
- Coelho, G. M. de O., Gomes, A. I. da S., Ribeiro, B. G., & Soares, E. de A. (2014). Prevention of eating disorders in female athletes. *Journal of Sports Medicine*, 5, 105-113.
- Condevaux, B. (2005). Coaching perspective: the triad of cycling back pain prevention. *Performance Conditioning Cycling*, 11(1), 1-4.
- Cronan, M.K., & David Scott, D. (2008) Triathlon and Women's Narratives of Bodies and Sport. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 30(1), 17-34.
- Fink, A. (1995). *How to sample in surveys*. Thousand Oaks: Sage.
- Fraile, A., & Vizcarra, T. (2009). La investigación naturalista e interpretativa desde la actividad física y el deporte. *Revista de Psicodidáctica*, 14(1), 119-132.
- García Ferrando, M. (2002). La encuesta. En F. Alvira, M. García Ferrando, y J. Ibáñez (comps.). *El análisis de la realidad social. Métodos y técnicas de investigación* (pp. 167-202). Madrid: Alianza Editorial.
- García Ferrando, M. (1987). La mujer en el deporte de alta competición: conflicto de roles y adaptación al modelo deportivo dominante. El caso del atletismo español, en publicaciones de Mujer y Deporte, Madrid: Ministerio de Cultura. Instituto de la Mujer, 21-51.
- Garrard, J. (2003). Healthy revolutions: promoting cycling among women. *Health Promotion Journal of Australia*, 14(3), 213-215.
- Gujarro, E., De la Vega, R., & Del Valle, S. (2009). Ciclo menstrual, rendimiento y percepción del esfuerzo en jugadoras de fútbol de élite. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 9(34), 96-104.
- Hargreaves, J. (1994). *Sporting females: critical issues in the history and sociology of women's sports*. London: Routledge.
- Hendy, H., & Boyer, B. (1993). Gender differences in attributions for triathlon performance. *Sex roles*, 29, 527-543.
- Hoch, A.Z., Stavrakos J.E., & Schimke, J.E. (2007). Prevalence of female athlete triad characteristics in a club triathlon team. *Arch Phys Med Rehabil*, 88, 681- 682.
- Izquierdo Miranda, Z., Cabrera Oliva, V.M., Almenares Pujadas, M.E., & García Ucha, F. (2006). Actualización, pronóstico y medidas de intervención para la tríada de la mujer

deportista. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 6 (24), 188-199.

Lamont, M., & Kennelly, M. (2012). A Qualitative Exploration of Participant Motives Among Committed Amateur Triathletes. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 34(3), 236-255.

Leruite, M., Morente-Sánchez, J., Martos, P., Girela, M.J., & Zabala, M. (2014) Analysis of the sporting context of Spanish female competitive cyclists and triathletes. *Internacional Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*. In press, available at:<http://cdeporte.rediris.es/revista/impres/artanalisis743e.pdf>.

Levy, S.S. (2002). Women and the personal meaning of competition: A qualitative investigation. *Women's Sport and Physical Activity Journal*, 11, 107.

MacKinnon, V. (2011). Techniques for instructing female athletes in traditionally male sports: A case study of LPGA teaching professionals. *The International Journal of Sport and Society*, 2(1), 75-87.

Nowicka, P., Eli, k., Ng, J., Aritzsch, E., & Sundgot-Borgen., J. (2013). Moving from Knowledge to Action: A Qualitative Study of Elite Coaches' Capacity for Early Intervention in Cases of Eating Disorders. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8(2), 343-345.

O'Connor, J.P., & Brown, T.D. (2007). Real cyclists' don't race: informal affiliations of the weekend warrior. *International Review for the Sociology of Sport*, 42(1), 83-97.

Plateau, C. R., McDermott, H.J., Arcelus, J., & Meyer, C. (2014). Identifying and preventing disordered eating among athletes: Perceptions of track and field coaches. *Psychology of Sport & Exercise*, 15(6), 721-728.

Ruiz T, G., Salinero Martín, J. J., & Sánchez Bañuelos, F. (2008). Valoración del perfil sociodemográfico en el triatleta: el ejemplo de Castilla la Mancha: Nivel de implicación y entorno. *Apunts*, 92, 5-14.

Ruiz T, G., & Salinero Martín, J. J. (2011). High-level triathlon coach: close environment and basic performance qualities. *RECIDE: International Journal of Sport Science*, 7 (23), 113-125.

Ruiz T, G., & Salinero Martín, J. J. (2012). Psycho-social factors determining success in high performance triathlon: compared perception in the coach-athlete. *Perceptual & Motor Skills: Physical Development & Measurement*, 115(3), 865-880.

Yeager, K. K., Agostini, R., Nattiv, A., & Drinkwater, B. (1993). The female athlete triad: Disordered eating, amenorrhea, osteoporosis. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 25, 775-777.

Selby, C. B., & Reel, J.J. (2011). A coach's guide to identifying and helping athletes with eating disorders. *Journal of Sport Psychology in Action*, 2(2), 100-112.

Sundgot-Borgen, J., & Torstveit, M.K. (2010). Aspects of disordered eating continuum in elite high-intensity sports. *Scandinavian Journal of medicine & Science in Sports*, 20(2), 112-121.

Tabla 4. Cruce de los discursos de las deportistas clave en las variables analizadas.
 (CA1, ciclista amateur n°1; CA2, ciclista amateur n°2; CP1, ciclista profesional n°1, CP2, ciclista profesional n°2; TA1, triatleta profesional n°1; TA2, triatleta profesional n°2; TP1, triatleta profesional n°1; TP2, triatleta profesional n°2)

CRUCE DE LOS DISCURSOS								
	CICLISTAS				TRIATLETAS			
	CA1	CA2	CP1	CP2	TA1	TA2	TP1	TP2
ENTORNO DEPORTIVO								
Práctica deportiva de familiares directos								
Participación en un equipo de ciclismo/triatlón								
Entrenamiento en equipo								
Pertenencia a un equipo por motivos económicos								
Pertenencia a un equipo por motivos de socialización								
Ocupación de algún cargo en el equipo de ciclismo/triatlón								
Muy buena calificación con las deportistas del equipo								
Costosa participación deportiva								
ASPECTOS DE ENTRENAMIENTO, NUTRICIÓN Y DESCANSO								
Dirección del entrenamiento por parte de un entrenador								
Adaptación del entrenamiento a las características individuales								
Necesidad de adaptación del entrenamiento a características individuales								
Grado muy bueno-buena de salud								
Adaptación a la dieta mediterránea								
Seguimiento nutricional adaptado								
Trastornos alimenticios								
ATOESTIMA, AUTOCONCEPCIÓN CORPORAL DE LA DEPORTISTA								
Totalmente satisfecha con su cuerpo								
Consideración como mujer femenina								
Consonancia entre su cuerpo y su ideal de cuerpo de mujer								
Carácter asociado a una deportista								

Conclusión general

La conclusión general del estudio revela que existen muchas carencias en lo concerniente a una aplicación eficaz de las políticas con perspectiva de género por parte de los organismos deportivos y especialmente de las federaciones deportivas españolas. Se hace necesaria una reconceptualización del modelo, en la que se tenga en cuenta tanto un cambio en la legislación deportiva con el objetivo de mejorar la situación de la deportista española así como una mejora de las políticas de género en materia deportiva de las federaciones deportivas españolas con el objetivo de mejorar el sistema federativo y como consecuencia el deporte femenino español de competición.

Conclusiones específicas (relacionadas con los objetivos)

1) El modelo deportivo español precisa de un amplio debate y reflexión que ponga en cuestión muchos de los elementos esenciales que tienen que ver con el desarrollo de la deportista en el deporte español de competición, incidiendo en una mejora de las políticas de género por parte de todos y cada uno de los organismos deportivos intervencionistas en materia deportiva.

2) En el perfil sociodeportivo de las ciclistas y triatletas españolas se pone de manifiesto que el comportamiento deportivo, motivaciones, agentes socializadores, opiniones y problemas que manifiestan las ciclistas son prácticamente análogos a las que manifiestan las triatletas españolas con la salvedad de que éstas últimas no perciben un trato tan discriminatorio respecto a sus compañeros triatletas.

3) La evolución de la ciclista española en el ciclismo español de competición ha estado vetada tanto por las limitaciones médico-morales de principios del siglo XIX como por la irrupción de la dictadura del régimen franquista. No obstante, a pesar de eclosión del deporte femenino en la transición demográfica y las grandes proezas cosechadas por muchas ciclistas españolas, las ciclistas tienen que enfrentarse actualmente a situaciones de desigualdad y discriminación machista que imposibilitan su práctica deportiva en equidad con los ciclistas.

4) Mientras que la política federativa de la Real Federación Española de Ciclismo (RFEC) muestra un trato discriminatorio a las ciclistas siendo la evolución del ciclismo femenino en España muy lenta en comparación con otros países, la política federativa de la Federación Española de Triatlón (FETRI) ha incidido desde el principio en la igualdad entre géneros, tratando por igual a las mujeres triatletas que a sus homólogos varones.

5) El binomio entrenador-ciclista/triatleta es muy bueno, confiriendo ambos grupos de deportistas mucha importancia tanto a la confianza con su entrenador como a aspectos fundamentales como los conocimientos de entrenamiento y capacidad para motivar y animar. Existen diferencias significativas en el nivel de estudios de entrenadores de las ciclistas y de las triatletas, refiriendo los entrenadores de triatlón un nivel académico alto y específico de la profesión que ejercen. Así mismo la reproducción de patrones de entrenamiento dirigidos a hombres obvian aspectos fundamentales en el entrenamiento de las deportistas como sus características biológicas que pueden mermar su capacidad competitiva.

6) Teniendo en cuenta los resultados podemos concluir que el ambiente deportivo en el que se desenvuelven las ciclistas y triatletas es bueno, aunque su nivel de entrenamiento y competición no se corresponde con un "nivel aficionado" lo que se debe principalmente al modelo organizativo de contraprestaciones que hacen que prioricen su participación lúdica a la competitiva al no poder dedicarse de forma profesional a su actividad deportiva. Los resultados negativos que arroja esta investigación sobre posibles casos de anorexia y bulimia nerviosa sacan a la luz que es necesario que las ciclistas y triatletas lleven un entrenamiento estructurado y guiado por su entrenador cualificado con una formación más específica del entrenamiento orientado a la deportista donde se tengan en cuenta variables fisiológicas, psicológicas y nutricionales que influyan en el rendimiento de las ciclistas y las triatletas.

RESUMEN DE LOS PRINCIPALES RESULTADOS Y SUGERENCIAS

Consideramos que sería necesario un amplio debate sobre muchos de los elementos esenciales que tienen que ver con el modelo deportivo español actual. Se haría necesario un cambio en la legislación y en el modo de gestionar de los entes deportivos que permita a la deportista española competir en igualdad de condiciones que los deportistas españoles. Partiendo de la legislación deportiva, es prioritario que se recojan aspectos esenciales y específicos de la deportista que condicionan su trayectoria deportiva (maternidad, conciliación, retribución...) y que se regule su profesionalización para que pueda dedicarse al deporte de competición como a cualquier otra profesión. En referencia a la legislación española con perspectiva de género es necesario que se cumpla en todas sus vertientes y especialmente en el ámbito deportivo y por parte de todos los organismos implicados en el deporte. Las federaciones deportivas españolas, especialmente la RFEC debe impulsar políticas de género en el seno federativo incorporando más mujeres a sus puestos de toma de decisión, formando al personal federativo en una visión con perspectiva de género y llevando a cabo programas de acción con el objetivo de incrementar el número mujeres en todos los estamentos federativos adaptándose a la demanda existente. Teniendo en cuenta la invisibilidad de la deportista española en los medios de comunicación es necesario que se creen sinergias comunes entre los medios de comunicación y los entes deportivos para visibilizar los logros deportivos de la mujer deportista libre de estereotipos de género y con un lenguaje inclusivo que sirva de modelo de referencia para las niñas y mujeres de la sociedad española.

1-Sería conveniente apoyar medidas específicas y contundentes como la dotación a los órganos con perspectiva de género de las federaciones de autonomía directiva propia para tomar sus propias decisiones contando con la voluntad política expresa del personal federativo, la inclusión de más mujeres en los puestos directivos de las federaciones, formación del personal federativo en perspectiva de género, planificación y evaluación deportiva de los programas de mujer y deporte y la aplicación estricta de la Ley Orgánica 3/2007, de 22 de marzo para la igualdad efectiva de mujeres y hombres en el ámbito deportivo.

2-Sería imprescindible erradicar algunas prácticas discriminatorias dictaminadas por la RFEC en la organización de las competiciones ciclistas femeninas como la menor cuantía económica de premios en metálico en competiciones, bajo nivel organizativo de las carreras e insuficiencia de las mismas y menor número de categorías competitivas entre otras medidas. Así mismo, sería conveniente implementar en el seno federativo medidas para incorporar más mujeres en los puestos de responsabilidad y en el entrenamiento deportivo, velar para que los clubes ciclistas no lleven a cabo prácticas discriminatorias contra la mujer ciclista, adherirse al "Plan de detección, actuación y prevención de los abusos sexuales en el mundo del deporte" del CSD, luchar de forma contundente contra todas las formas de violencia machista, así como crear sinergias comunes entre las federaciones territoriales de ciclismo y la RFEC para realizar planes conjuntos con el objetivo de impulsar el ciclismo femenino. En cuanto a la FETRI sería necesario dar a conocer las propuestas y medidas de la Comisión de Triatlón Femenino a las triatletas.

3-La mayoría de las ciclistas y triatletas españolas no tienen entrenador, por lo que consideramos este aspecto como muy negativo debido al volumen de entrenamiento que ejercitan. Así mismo, creemos necesario que para entrenar a deportistas federadas sería

conveniente que en el acceso a los títulos deportivos los aspirantes tengan formación específica de entrenamiento y se incida en una regulación de la profesión deportiva del entrenador/a.

4-En el contexto de entrenamiento y competición de las ciclistas y triatletas españolas, teniendo en cuenta los posibles casos de trastornos alimenticios es necesario que las deportistas lleven un entrenamiento estructurado y guiado por un/a entrenador/a cualificado/a con una formación más específica del entrenamiento orientado a la mujer deportista donde se tengan en cuenta variables fisiológicas, psicológicas y nutricionales que influyen directamente en el rendimiento y en la salud de las ciclistas y las triatletas.

-Artículo sobre el dopaje (no incluido por su presentación en la tesis de otro Doctor en Educación física)

Morente-Sánchez, J., Leruite, M., Mateo-March, M., & Zabala, M. (2013). Attitudes towards doping in Spanish competitive female cyclists vs triathletes. *Journal of Science and Cycling*, 2(2).

-Instrumentos de medida (cuestionarios y entrevistas)

-Ponencias del XIII Congreso Internacional de la Asociación Española de Investigación Social aplicada al Deporte (Aisad)

-Ponencias de ciclismo femenino (Federación Española de Ciclismo y Federación Andaluza de Ciclismo)

-Divulgación del estudio en revistas de ciclismo

-Curriculum vitae abreviado

Attitudes towards doping in Spanish competitive female Cyclists vs. Triathletes

Jaime Morente-Sánchez¹✉, Mayte Leruite^{1*}, Manuel Mateo-March^{2,3} & Mikel Zabala^{1,3}

Abstract

The aim of the present study was to know and compare the attitudes towards doping in Spanish competitive female cyclists and triathletes. All the female cyclists and triathletes who competed (U23 and elite) under license in Spain in 2012 (n = 206; 29.62±8.70 years) in the highest national competitions level comprised the sample. The total sample was divided into two: cyclists (n = 80; 28.86±9.64 years), and triathletes (n = 126; 30.10±8.06 years). Descriptive design was carried out using a validated questionnaire (Performance Enhancement Attitude Scale: PEAS). Complementary, four top-level athletes of each group were interviewed. Regarding results from PEAS, for the whole sample, overall score (17-102) was 34.02±12.74. Regarding different groups, data were: cyclists: 36.63±14.27; and triathletes: 32.37±11.41 (p=0.032). Regarding semi-structured interviews (n = 8). The most mentioned word associated with doping was "cheating" (% n: 62.5). As responsible agents of doping was the word "coach/manager" (% n: 75.0) and the main reason for the initiation in doping was "sport achievement" and "Contract/Money" (% n: 75.0). This study shows that Spanish competitive female cyclists and triathletes, in general, are not tolerant in relation to doping. Nevertheless, competitive female cyclists are significantly more permissive towards the use of banned substances than female triathletes. Results from semi-structured interviews have shown interesting data in specific open-ended questions. The current findings may contribute to the development of anti-doping prevention programmes and interventions in an appropriate and effective manner, which could be the key to better fight the battle against doping in sport.

Keywords: doping prevention, female, competitive athletes, cycling, triathlon.

✉ **Contact email:** jaimemorente@ugr.es (J. Morente-Sánchez)

¹ Faculty of Sport Sciences. University of Granada, Spain

² Faculty Miguel Hernández. University of Elche, Spain

³ Spanish Cycling Federation. Madrid, Spain

* Both authors contributed equally to this study

Received: 06 May 2013. Accepted: 20 November 2013.

Introduction

The use of banned substances in sport is a well-known phenomenon that has been studied mainly from a biomedical point of view. Even though psychosocial approaches are also considered key factors in the fight against doping. The Tour de France of 1998 provided evidence of a systemic doping problem in sport (Bloodworth and McNamee 2010; Lentillon-Kaestner et al. 2012). Later, the World Anti-Doping Agency (WADA) was established in 1999, providing a centralized body that aimed to harmonize anti-doping strategies across elite sports (Catlin et al. 2008). In this sense, since 2004, the WADA has produced an annually updated code and related documents that outline official international anti-doping standards. Estimating the prevalence of doping is a major objective of many international and national sport governing bodies (Petróczi and Aidman 2009) in order to get a reliable view of how widespread doping is in

sport. However, the number of athletes reported as testing positive by anti-doping bodies is often smaller than what scientific literature shows. The statistics of adverse analytical findings of WADA (i.e. positive doping tests) suggest that, in an average year, 2% of elite athletes use doping substances and this number has been quite stable over the past 10 years (WADA) (Uvacsek et al. 2011). On the contrary, prevalence rates obtained by means of self-report usually vary between a range of 1.2% and 26% (Backhouse et al. 2007; Ohaeri et al. 2004; Özdemir et al. 2005; Papadopoulos et al. 2006; Petróczi 2007; Pitsch et al. 2005; Tahtamouni et al. 2008). Furthermore, according to Lentillon-Kaestner and Ohl (2011), it is important to emphasize that drug testing and questionnaires do not provide the true prevalence of doping substances users. These authors, in a study with 1810 amateur athletes, observed that depending on the definition of doping and the type of question used, the prevalence of doping obtained could differ enormously, between 1.3 and 39.2% of athletes.

In the absence of more objective information on performance enhancing drugs (PED) use, attitudes are often used as an alternative for doping behaviour, assuming that doping users are more permissive towards doping than non-users (Petróczi and Aidman 2009). Attitudes were also in the foci of doping behavioural models (Dodge and Jaccard 2008; Donovan et al. 2002; Lucidi et al. 2008; Strelan and



Boeckmann 2003) aiming to identify risk factors that lead to doping. The “theory of planned behaviour” (Ajzen 1991) suggests that behaviour depends on people’s plans of actions towards that behaviour (intentions), which are regulated by people’s perceived behavioural control, their subjective norms, and attitudes (Lucidi et al. 2008).

We have found that there is an important lack of investigations that have studied attitudes towards doping in female athletes being the most of studies related to attitudes towards doping in sport using samples comprised by a mix of male athletes from different disciplines or analysing big samples of team sports (Morente-Sánchez; and Zabala 2013). Specifically, here is not any study in triathlon, which has more and more followers and practitioners (some of them coming from cycling and few from running or swimming). Some authors stated that in elite cycling the use of performance enhancing drugs (PED) was endemic among the cycling teams to the extent that it became institutionalized (Bassons 2000; Kimmage 1998; Voet 1999) and was quasi-tolerated by the professional cycling community (Schneider 2006) before the “Festina scandal” in 1998, although other authors suggest that use of banned substances is nowadays less widespread (Lentillon-Kaestner et al. 2012; Zabala et al. 2009). In Spain, after so famous and unfortunate doping scandals like “Operación Puerto” in 2006, it has been suggested that this type of studies about doping in individual sports are necessary, and more specifically focused on sports like cycling (Morente-Sánchez; and Zabala 2013).

Considering the international negative view about the phenomenon of doping in Spain, (especially after the shameful resolution of Puerto case) and taking into account the lack of studies focused on female athletes, we have considered developing a qualitative research using as a sample all the Spanish female cyclists and triathletes that compete under licence in 2012 (U23 and elite) in Spanish cup (the highest competing level for both cycling and triathlon). So, the aim of the present study was to know and compare the attitudes towards doping in Spanish female cyclists and triathletes of the highest competitive level in Spain.

Methods

The current research methodologies used to study athletes’ attitudes towards doping are weak (Backhouse et al. 2007). In addition, scientific literature research typically shows findings obtained by means of ad hoc measurements, while other scales focused on attitudes toward specific substances, mainly steroids (Anshel and Russell 1997; Schwerin and Corcoran 1996a, b; Tricker and Connolly 1997). For the majority of the measurement tools, the scale development process was not reported (or not in sufficient details) and the scales used were not subjected to psychometric testing, which seriously undermines the validity and reliability of any inference made based on the test scores obtained from those bespoke scales (Petróczi and Aidman 2009). On the other hand, a qualitative approach seemed to be the

best way to capture the complexity of doping behaviour (Lentillon-Kaestner et al. 2012). In this sense, after analysing scientific literature about researching methodology in this field, we have considered the combination of two attitudes towards doping assessment tools: a validated questionnaire (PEAS) (Petróczi and Aidman 2009) and semi-structured interviews (Lentillon-Kaestner and Carstairs 2010; Lentillon-Kaestner et al. 2012).

Sample

All the female cyclists and triathletes who competed (since U23 category) under license in Spain in 2012 ($n = 206$; 29.62 ± 8.70 years) in the highest national competing level comprised the sample. The total sample was divided into two groups from mentioned disciplines: cyclists ($n = 80$; 28.86 ± 9.64 years) and triathletes ($n = 126$; 30.10 ± 8.06 years).

Measures

A cross-sectional descriptive design was carried out by means of a validated questionnaire: Performance Enhancement Attitude Scale (PEAS) (Petróczi and Aidman 2009). This scale is a 17-question attitude scale with response options ranging from strongly disagree to strongly agree on a six-point Likert-type scale (1= Strongly Disagree; 2=Through disagree; 3= Slightly disagree; 4=Slightly Agree; 5=Agree; 6= Strongly Agree). So, overall score ranges from 17 to 102, so higher scores represent a more lenient attitude toward doping. This tool has been used in previous studies showing good psychometric properties (Petróczi and Aidman 2009; Uvacsek et al. 2011, Morente-Sánchez, Mateo-March and Zabala, 2013). Participation was completely voluntary and to provide the subjects with a sense of security, and thus to obtain reliable data, the principle of anonymity was secured.

Although its satisfactory validation in Spanish is still in publication process (Morente-Sánchez, Femia-Marzo, Petróczi & Zabala, submitted), we found Cronbach alpha values ranging from 0.70 to 0.84 among all the groups studied. In fact, the manuscript is being developed in collaboration with the original author of PEAS (Andrea Petróczi), and the process has been carefully followed (double translation and back translation by two experts, experts review, pilot study, test-retest using a sample of 519 participants, and the use of PEAS with 18 different samples ($n=5861$ in total), ranging from 12 to 75 years -amateur and professional football players, young football players, young cyclists, university students from Spain and UK (in English), coaches of different sports, women elite cyclists, women elite triathletes, women elite footballers, men elite cyclists, and recreational cyclists. Cronbach alphas for analysed sample in this study were 0.85 female triathletes and 0.78 for female cyclists, respectively.

On the hand, from the total sample, four cyclists and four triathletes ($n=8$) were interviewed about some aspects related to better know their experience and opinion about the issue, by means of a semi-structured interview. All of interviewed participants were top-

level athletes who had belonged to Spanish National cycling/triathlon teams, and consequently, they had competed in International Championships previously (European championship, world cup, or Olympic Games). Along the research, similar terms such as “doping”, “drugs” or “banned substances” were considered those substances that are prohibited by the WADA or other governing body in training and/or sport competition, and so it was explained to subjects before answering the questionnaire.

Data collection

The whole sample completed the PEAS (by means of a personal online link). Written informed consent was sent in the same mail to read before completing the anonymous questionnaire voluntarily. There was no time limit for completing them.

Semi-structured interviews were conducted by one of the authors. The interviewer was a female researcher specifically trained. Interviews lasted on average for more than 2 hours and took place in a location chosen by the participants. All interviews were audio taped and transcribed accurately to be analysed by means of the software QSR NVivo 8. The semi-structured interview protocol and data treatment was adapted from a similar study (Lentillon-Kaestner and Carstairs 2010). Participants were asked about aspects that seek to delve

into the reasons of doping in their sport: three words associated with doping; three reasons for initiation in doping; three responsible agents of doping; “do you know any doping user?”; “have you ever been suggested to dope?”; “have you ever used doping substances?”; and, finally, “would you use an undetectable drug that would significantly improve performance?”. In order to win participants’ confidence and raise the data’s reliability, the next steps were taken. First, before the interviews, the aim of this study was clearly explained. Second, the athletes were warranted complete anonymity: the names of towns, teams, races, cyclists and other people were deleted from the transcript. Third, the cyclists signed a form with their names and the names of the researchers and indicated their rights (i.e. participate was voluntary and they were allowed to stop the interview or their participation in this study whenever they decided). Finally, the document with information concerning the interviewees (names, e-mail, and phone number) was deleted to guarantee anonymity; and data is presented by means of acronyms (C: cyclist; T: triathlete).

Analyses

Data characteristics were shown as frequencies, percentages, mean, and standard deviation. Regarding PEAS data, the Kolmogorov-Smirnov Test was applied to ensure a normal distribution of the results, followed

Table 1. Descriptive statistics and comparison between Spanish female competitive under-licensed cyclists and triathletes*

PEAS (Performance Enhancement Attitude Scale)	Total sample (n=206)		Cyclists (n=80)		Triathletes (n=126)		p
	Mean	SD	Mean	SD	Mean	SD	
1. Legalizing performance enhancements would be beneficial for sports.	1.70	(1.43)	1.79	(1.51)	1.65	(1.38)	.503
2. Doping is necessary to be competitive.	1.32	(1.01)	1.41	(1.19)	1.25	(0.87)	.379
3. The risks related to doping are exaggerated.	1.80	(1.47)	1.99	(1.61)	1.68	(1.37)	.162
4. Recreational drugs give the motivation to train and compete at the highest level.	1.54	(1.32)	1.68	(1.49)	1.46	(1.19)	.333
5. Athletes should not feel guilty about breaking the rules and taking performance-enhancing drugs.	1.36	(1.12)	1.31	(1.04)	1.40	(1.17)	.596
6. Athletes are pressured to take performance-enhancing drugs.	3.21	(1.81)	3.34	(1.87)	3.13	(1.78)	.313
7. Health problems related to rigorous training and injuries are just as bad as from doping.	3.11	(1.95)	3.33	(2.07)	2.98	(1.87)	.147
8. The media blows the doping issue out of proportion.	2.96	(1.96)	3.60	(1.99)	2.55	(1.83)	.000 ¹⁻²
9. Media should talk less about doping.	2.66	(1.89)	3.33	(2.02)	2.23	(1.67)	.000 ¹⁻²
10. Athletes have no alternative career choices. but sport	1.62	(1.37)	1.80	(1.54)	1.51	(1.24)	.155
11. Athletes who take recreational drugs use them because they help them in sport situations.	2.72	(1.85)	2.76	(1.89)	2.70	(1.83)	.749
12. Recreational drugs help to overcome boredom during training.	1.41	(1.11)	1.46	(1.18)	1.37	(1.07)	.572
13. Doping is an unavoidable part of the competitive sport.	2.17	(1.71)	2.21	(1.77)	2.15	(1.68)	.839
14. Athletes often lose time due to injuries and drugs can help to make up the lost time.	2.23	(1.53)	2.09	(1.29)	2.32	(1.67)	.649
15. Doping is not cheating since everyone does it.	1.40	(1.00)	1.74	(1.21)	1.18	(0.77)	.000 ¹⁻²
16. Only the quality of performance should matter, not the way athletes achieve it.	1.44	(1.15)	1.60	(1.19)	1.33	(1.10)	.002 ¹⁻²
17. There is no difference between drugs, fibreglass poles, and speedy swimsuits that are all used to enhance performance.	1.37	(1.03)	1.20	(0.58)	1.48	(1.22)	.822
Overall Score	34.02	(12.73)	36.63	(14.28)	32.37	(11.4)	.031 ¹⁻²

*1: Strongly Disagree; 2: Through disagree; 3: Slightly disagree; 4: Slightly Agree; 5: Agree; 6: Strongly Agree.

1-2 Cyclists vs. Triathletes

NS non-significant

by the Levene test to verify the homogeneity of variance. Noting that the results followed a non-normal distribution a non-parametric analysis was conducted. The Mann Whitney-U test for PEAS variables was carried out (critical statistical significance: $p < 0.05$). Statistical analyses were performed using IBM-SPSS 20.0 software. Semi-structured interviews were recorded and transcribed. Transcriptions were analysed and coded with the use of QSR NVivo 8. Lexical and thematic analyses were used concerning the interview data.

To ensure that the software did not lose information, also two researchers used manual-coding system and the data were checked until 100% concordance was got.

Results

PEAS - Performance Enhancement Attitude Scale

In general, the overall score (17-102) was 34.02 ± 12.74 . The lowest score was observed for the item "Doping is necessary to be competitive" with 1.32 ± 1.01 (1 = Strongly disagree), and the highest for "Athletes are pressured to take performance-enhancing drugs" with 3.21 ± 1.81 (3 = Slightly disagree; 4 = Slightly agree).

Taking different groups into account, mean and overall score were respectively: cyclists: 36.63 ± 14.27 and

triathletes: 32.37 ± 11.41 . For overall score, significant differences were observed between cyclists and triathletes ($p = 0.032$). In addition, there were significant differences among mean score of different groups in relation to item 8: "The media blows the doping issue out of proportion" ($p = 0.000$); item 9: "Media should talk less about doping" ($p = 0.000$); item 15: "Doping is not cheating since everyone does it" ($p = 0.000$); and item 16: "Only the quality of performance should matter. Not the way athletes achieve it" ($p = 0.002$). For the rest of the items no significant differences between groups were observed (see Table 1).

Semi-structured interviews

Summary of the data obtained from semi-structured interviews is shown in table 2. Results are expressed in terms of percentage and frequencies of number of participants who made a specific statement (% n) and number of times that a specific statement was mentioned respect to the total answers given (% total answers). To make the content easy to understand we do include "others" because each one of these categories does not reach an important percentage (range of 1.39-5.56% of the total sample). Although participants had limit in their number of possible answers (e.g. three reasons for doping, three agents or

Table 2. Summary of Qualitative Analysis from interviews: Descriptive Statistics and Comparison between Spanish female competitive under-licensed cyclists and triathletes.

	Total sample (n = 8)		Cyclists (n = 4)		Triathletes (n = 4)	
	% n	% Total Answers	% n	% Total Answers	% n	% Total Answers
Three words associated with doping						
Cheating	62.5 (5/8)	20.8 (5/24)	25.0 (1/4)	8.3 (1/12)	100 (4/4)	25.0 (4/12)
EPO	25.0 (2/8)	8.3 (2/24)	25.0 (1/4)	8.3 (1/12)	25.0 (1/4)	8.3 (1/12)
Illness	25.0 (2/8)	8.3 (2/24)	0 (0/4)	0 (0/12)	50.0 (2/4)	16.7 (2/12)
Others		62.5 (15/24)		83.3 (10/12)		41.6 (5/12)
Three responsible agents of doping						
Coach/Manager	75.0 (6/8)	33.3 (6/24)	75.0 (3/4)	25.0 (3/12)	75.0 (3/4)	25.0 (3/12)
Athletes	62.5 (5/8)	20.8 (5/24)	50.0 (2/4)	16.7 (2/12)	75.0 (3/4)	25.0 (3/12)
Doctor	50 (4/8)	16.6 (4/24)	25.0 (1/4)	8.3 (1/12)	75.0 (3/4)	8.3 (1/12)
Others		37.5 (9/24)		50 (6/12)		41.6 (5/12)
Three reasons for initiation in doping						
Sport achievements	75.0 (6/8)	25.0 (6/24)	100 (4/4)	33.3 (4/12)	50.0 (2/4)	16.7 (2/12)
Contract/Money	75.0 (6/8)	25.0 (6/24)	75.0 (3/4)	25.0 (3/12)	75.0 (3/4)	25.0 (3/12)
Others		50.0 (12/24)		41.6 (5/12)		58.3 (7/12)
Do you know any doping user?						
Yes	50.0 (4/8)	50.0 (4/8)	75.0 (3/4)	75.0 (3/4)	25.0 (1/4)	25 (1/4)
Have you ever been suggested to dope?						
Yes	25.5 (2/8)	25.5 (2/8)	25.0 (1/4)	25.0 (1/4)	25.0 (1/4)	25.0 (1/4)
Have you ever used doping substances?						
Yes	0 (0/8)	0 (0/8)	0 (0/4)	0 (0/4)	0 (0/4)	0 (0/4)
Would you use an undetectable drug that would significantly improve performance?						
Yes	12.5 (1/8)	12.5 (1/8)	25.0 (1/4)	25.0 (1/4)	0 (0/4)	0 (0/4)

% n: percentage of total sample of each group (Total sample cyclists and Triathletes);

% Total Answers: percentage of 100% total answers.

yes/no answers), they could keep on talking about the related topic given more interesting information. Besides, to enlighten some data specific statements related to specific topics are shown “quoted”. Different groups (total sample, cyclists and triathletes) were then described.

The following information was obtained for each item:

1. Three words associated with doping: the most mentioned words were “cheating” [% n: 62.5 (5/8); % total answers: 20.8 (5/24)], “EPO” [% n: 25.2 (2/8); % total answers: 8.3 (2/24)], and “illness” [% n: 25.5 (2/8); % total answers: 8.3 (2/24)]. Comparing both groups, cyclists mentioned 12 different words on the whole and “cheating” was just one of them [% n: 25% (1/4); % total answers: 8.3% (1/12)], while “cheating” was mentioned for all the triathletes [% n: 100% (4/4); % total answers: 33.33% (4/12)]. We selected two different statements such as: “I think doping is a real problem. I wish the game was 100% free of doping” (T2) and “Doping is always there, who does not admit it is lying” (C1).

2. Three responsible agents of doping: the most mentioned agents were “coach” [% n: 75.0 (6/8); % total answers: 25.0 (6/24)], “athlete” [% n: 62.5 (5/8); % total answers: 20.8 (5/24)], and “doctor” [% n: 50.0 (4/8); % total answers: 16.6 (4/24)]. In relation to different analysed groups, for triathletes the previous three agents were mentioned equally [% n: 75.0 (3/4); % total answers: 25.0 (3/12)] while cyclists mentioned more times “coach” than others [% n: 75.0 (3/4); % total answers: 25.0 (3/12)]. “Of course, that is very difficult to break chain where everyone (doctors, Labs, media...) contributes to the plot” (C3). “Society itself is also culpable for giving such publicity about doping” (C2).

3. Three reasons for the initiation in doping: the most mentioned reasons were “sport achievements” [% n: 75.0 (6/8); % total answers: 25.0 (6/24)], and “contract/money” [% n: 75.0 (6/8); % total answers: 25.0 (6/24)]. Taking into account the different groups, “sport achievements” was mentioned by all cyclists [% n: 100.0 (4/4); % total answers: 33.3 (4/12)] while “money” was the most mentioned reason for triathletes [% n: 75.0 (3/4); % total answers: 33.3 (3/12)]. “Doping is not free, it is not like a box of aspirins; I am not going to spend the salary on something I do not know if it will be worthwhile. If it is guaranteed that using a doping substance I win the Paris-Roubaix and its award of 3 million of Euros. I would spend 70 Euros on this product to go like a motorbike” (C1). “Triathlon is a very young sport. in which there is no money yet; if there is no money, doping is impossible” (T3). “I would accede to dope if my career depended on it” (C1).

4. “Do you know any doping user?” Four riders of the total sample stated, “yes” (4/8; 50.0%). exactly 3 cyclists (3/4; 75.0%) and one triathlete (1/4; 25.0%). “I have seen female cyclists who were injected vitamins and/or recoveries (at least, I guess), but I used to do it as well; in the case of prohibited substances practice I guess everything would be developed in

intimacy” (C3). “Unfortunately, more and more people from other sport modalities are becoming to triathlon; because there are fewer doping controls in triathlon than in the sport modalities where they come from” (T1).

5. “Have you ever been suggested to dope?” Two participants of the total sample stated “yes” (2/8; 25.0%). one per each group (1/4; 25.0%). “Managers and coaches used to offer. I have been also offered, and the used to say: ‘if you want to get your aims, you should know the rules of the game’; but that takes a significant economic cost, which is not easy to take” (C3)

6. “Have you ever used doping substances?”; all answers were “no”.

7. “Would you use an undetectable drug that would significantly improve performance?” One cyclist stated, “yes” (1/8; 12.5%). “No, for the simple fact that it is not my job. I’m not professional, so it is not an obligation for me” (C1). “Probably, most professional cyclists would do it” (C3). “No, today I do not take what is forbidden even without side effects” (AT2).

Regarding impact media, “it does not depend on being male or female; it depends on fame of the rider’s name” (C4). “Positive cases were assumed worse in males than female cyclists as male cyclists earn more, their rewards are greater and. Therefore, their media coverage is most widespread” (C3).

The issue related to differences between sports appeared along interviews: “I think cycling has been used like a major scapegoat, we are always at the news media for the same topic (doping), and nobody does not stop to think that thousands cyclists pass doping controls and just 1% fail. However in football, for example, players are not tested so many times. Probably, there are many more positive cases” (C4). “I have been tested in many occasions, so many. For example, I remember in Beijing (2008 Olympics Games), just off the plane they were waiting for us, and they did not let us leave the bag in the Olympic Village” (C3).

Regarding current used strategies and hypothetical solution proposals to eradicate doping in sport, participants also gave their opinion: “The effectiveness of drug testing has changed. Before almost everything was allowed because almost nobody failed in a doping control; but now, if someone uses doping substances is much more easily caught” (C3). Regarding doping prevention from Spanish Cycling Federation. I must say that it was not working on it before, but now it is” (C4). “I have never heard anything related to doping prevention from Federation but I guess they will be the most interested in this topic because it is too dirty for the sport” (T4). “I do not know if from the Spanish Triathlon Federation are doing something related to doping prevention; if they are doing it. I have not seen it” (T3). “We must educate society saying that doping is not good and that high performance can be achieved by means of training naturally. Unfortunately, doping is considered as normal” (C2).

Discussion

The results of this study showed that female competitive under-licensed Spanish cyclists and triathletes, in general, are not permissive in relation to doping. However, cyclists were significantly more permissive towards the use of banned substances than triathletes. In addition, results from semi-structured interviews have shown interesting and specific information and statements (e.g. reasons for use or responsible agents), which should be taken into account. In order to operate consequently, it could be interesting to analyse them exhaustively looking for the causes of that certain permissiveness. This study supports the idea that, apart from more efficient controls, anti-doping prevention and education programmes could be the key to win the battle against doping in sport. The culture can be changed by means of controls but also by means of anti-doping prevention programmes trying to change attitudes and behaviours. In fact, Lance Armstrong argued to justify his doping that “this was the culture”, so this could be a key point. According to the current scientific literature in this field (Morente-Sánchez & Zabala. 2013) there are no previous specific studies that assessed attitudes towards doping in female athletes by means of a validated measurement tool.

Regarding results from PEAS in this study, for the whole sample, overall score (17-102) was 34.02 ± 12.74 . Hence, female competitive under-licensed Spanish cyclists and triathletes, in general, are against of doping. Despite of the fact that female triathletes are less permissive towards the banned substances use than female cyclists ($p=0.032$), the comparison with scores from different kind of samples previously mentioned make us believe those scores were low and non-worrying, though comparisons were made with men samples. So, according to this scale the higher score, the more permissive attitude towards doping you show. Other study that used this validated scale (PEAS) was developed by Uvacek et al. (2011). In this study, among 82 Hungarian competitive athletes assessed (45 females, 45%), confessed doping users (12%) scored, as expected, significantly higher score on PEAS ($p<0.05$) when compared with those who reported no use of banned drugs (46.8 ± 13.32 and 34.43 ± 8.74 , respectively). Morente-Sánchez, Mateo-March and Zabala (2013) assessed attitudes towards doping in 72 cyclists (21 females, 29.2%) from Spanish national cycling teams comparing different Olympic disciplines; regarding four different groups, data were: Mountain Bike: 30.28 ± 6.92 ; Bicycle Motocross: 42.46 ± 10.74 ; Track: 43.22 ± 12.00 ; Road: 34.91 ± 6.62 . Likewise, in other study (Morente-Sánchez et al. 2012), with a sample of 2022 (45 females, 2.2%) amateur cyclists as sample (confessed users = 164; non users = 1858), overall scores were, respectively: 48.87 ± 15.98 and 40.98 ± 11.95 . Petróczi and Aidman (2009) analysed several samples such as elite athletes from Hungary ($n=102$; confessed users = 5; non-user = 97) obtaining the following scores respectively (39.20 ± 17.54 vs. 35.85 ± 10.12).

This validated tool has also been used in non-athlete sample in this sense. Female competitive Spanish cyclists and triathletes showed a more lenient attitude towards doping (41.59 ± 10.85 vs. 34.02 ± 12.74) than USA coaches (30.26 ± 9.28), but less permissive than Sports Sciences UK students (36.23 ± 13.00 , age: 21.47 ± 5.53), Canadian students (37.94 ± 11.25 , age: 20.9 ± 2.04), USA students (37.57 ± 12.60 , age: 20.12 ± 2.18) (Petróczi and Aidman, 2009), and being very similar to Spanish students (34.69 ± 9.31 , age: 22.09 ± 3.26) (Freire-SantaCruz et al. 2011).

In the whole, females showed a similar or lower scores than different male groups with which comparisons were established, what could mean that cyclists and triathletes women are made aware of doping. As practical application, we could consider that those more permissive groups, whose scores are quite close to doper's, need a deep analysis and monitoring.

On the other hand, information from semi-structured interviews allowed us to get more specific information using direct questions in different perspectives related to this topic like “words associated to doping”, “reasons for use”, or “responsible agent”. For instance, in general, the most associated word to doping was “cheating”, being mentioned for the four interviewed triathletes. It is remarkable that terms like “performance” or “win” did not appear in the first positions in the order of the most mentioned answers. Besides, comparing both groups, cyclists mentioned 12 different words on the whole and “cheating” was just one of them while “cheating” was mentioned for all the triathletes. Moreover, C1 recognized that “doping is always there; who does not recognize it is lying”. This honest statement is not new in the scientific literature of this field. “Doping in sport? This is an endless whirl” stated Callaway in the journal *Nature* (Callaway, 2011: p283) showing his pessimistic point of view regarding this phenomenon of doping in sport. Similar results were stated by Backhouse et al. (2007) in their deep review reported to WADA.

Regarding agents responsible of doping Somerville et al. (Somerville and Lewis 2005) reported that the doctor was the first option for 62% (46/74) of athletes in their study. Other study, using a sample of 34 British junior team athletes, noted that coaches provided the greatest influence (65%), followed by sports dieticians (30%) and doctors (25%) (Nieper 2005). On the other hand, results of this research are in accordance to Lentillon-Kaestner et al. (2011) who stated that the pressure from team staff and doctors on cyclists' use of banned substances has become less important and direct after the latest doping scandals such as Festina case in 1998 or Puerto case in 2006. Though “coach/manager” is considered the main doping influencing agent for this sample, they also recognized themselves like responsible largely. “I would accede to dope if my career depended on it”, stated C1. So, despite of the fact that other agents could influence her, the intentions were evident being her the responsible agent. According to C3, “everyone (doctors, labs, media...) contributes to the plot”, so it seems essential

to raise awareness and re-education of both professional groups (doctors and coaches) besides athletes, due to their recognized and checked influence on athletes (Morente-Sánchez & Zabala, 2013). It might be worrying a statement from one of the amateur triathlete interviewed (T1) which emphasize the figure of the athlete like agent responsible of doping: “Unfortunately, more and more people from other sport modalities are coming to triathlon because there are fewer doping controls in triathlon than in the sport modalities where they come from”. This is a fact as some recognized cyclists that were found positive changed their career to practice triathlon. So it could be suggested that punishments should be for all sports and modalities.

In relation to reasons for initiation in doping, “sport achievements” and “contract/money” were the most mentioned in general, being the first one mentioned for 100% of interviewed cyclists and the second one for 75% of triathletes. “If it is guaranteed that using a doping substance I will win. I will use it” was stated by C1. Similar results were found in others studies. In one of them, 8 young elite cyclists were interviewed and admitted that they were opened to use doping substances themselves if it was the key to continuing their cycling career, but only after they became professional (Lentillon-Kaestner and Carstairs 2010). In the same way, other research with 978 German elite athletes reported that the most repeated reasons for drug use were to achieve athletic success (86%) and for financial gain (74%) (Striegel et al. 2010). In addition, in other study (n=40), various factors were acknowledged as potential reasons for use: most notably injury recovery and the economic pressures of elite sport (Bloodworth and McNamee 2010).

Focusing on the direct questions such as “do you know any doping user?”. Have you ever been suggested to dope?” or “Have you ever used doping substances?”, it was observed that four (three cyclists, one triathlete) of the eight interviewed athletes recognize to know doping users and no one said that had ever used any doping substances. However, a common limitation of this type of studies is that answers may be deliberately false, as the subjects questioned may not wish to reveal that they or their teammates use banned substances, even if the researchers guarantee anonymity and confidentiality. Revising the latest scientific literature in this field, it is interesting to observe the appearance of a concept so-called “false consensus effect” (Morente-Sánchez; and Zabala 2013; Petróczi et al. 2008; Uvacsek et al. 2011), which suggests that athletes who have a history of PED use overestimate the prevalence of drug use among other athletes. So, an individual's decision to take banned substances could be influenced by the assumption that his or her rivals are also using doping (Vangrunderbeek and Tolleneer 2010). In this sense, the statement made by T2, “I wish the game was 100% free of doping”, could have different connotations. In addition, regarding use an undetectable drug that would significantly improve performance, also so-called “magic drug” less than

10% of 403 talented young athletes answered affirmatively (Bloodworth et al. 2010). In this study, just a cyclist said “yes”, but there were statements that can be found less optimistic: “Probably, most professional cyclists would do it” (C3).

Triathletes and cyclists showed his disagreement about the differences in relation to doping treatment between cycling and others sports. “I think cycling has been used like a major scapegoat, we are always at the news media for doping cases” said C4. Other statement as interesting as curious was made by C3, “just off the plane they were waiting for us, and not let us leave the bag in the Olympic Village”. As a curiosity, the first doping case in Beijing 2008 was the one of a Spanish female cyclist on that occasion. In this sense, different treatments among different types of sports in relation to doping have been studied in several investigations. English professional footballers were tested for drugs less often than many other elite athletes, only about 33% per year, according to Waddington et al. (2005). Therefore, since doping is a general issue, we suggest that all sport federations follow the same anti-doping protocols to avoid unfair situations among sports, and also punishments should be taken into account by all sports and federations, using the same framework.

Finally, regarding to proposed solutions to win the battle against doping it could be interesting to emphasize what C2 stated: “we must educate society saying that doping is not good and that high performance can be achieved by means of training naturally. Unfortunately, doping is considered as normal”. According to this perspective appears the so-called “athlete 2.0” concept as a collaborative challenge combining high-quality and individualized training values and ethics in sport (Zabala and Atkinson 2012). This concept supports the idea of sport based on ethics and science as a collaborative challenge for all the stakeholders, which should also provide optimal education to the athletes.

One of the professional female cyclists interviewed, C3, who also work as coach with children, mentioned how young cyclists often inform her about doping cases, which means that doping is present from earliest ages. There are studies that stated that preventive measures are necessary to establish and fortify attitudes towards doping at an early stage (Lentillon-Kaestner et al. 2011; Peters et al. 2009). Controls are obviously needed as well as more effective educational programmes that do not mean great investments since “controlling doping only by tests is not sufficient; a profound change in the attitudes, which should be monitored repeatedly, is needed” (Alaranta et al. 2006). So, we encourage institutions to invest the same amount of money but balancing the costs of controls and prevention programmes from early ages (Morente-Sánchez and Zabala 2013). Indeed, the Spanish Cycling Federation has been conducting an intervention project called “Preventing to Win” since 2009 with the aim of educating the cyclists and coaches of the future (Zabala et al. 2009). It is not about spending more money; it is about giving more importance to psychological

prevention programmes. We encourage institutions not to fail on what we call “institutional hypocrisy” that can be detected when it is said prevention is important but there is no funding or it is just a ridiculous current (0.5 % of the total amount for prevention vs. 95-100% for controls).

Since drug testing alone can fail, as this was proven in the case of Lance Armstrong. We believe that education is the only way to truthfully minimise the doping culture and reduce the cases of doping in the middle to long term. We suggest that it is important to educate the people surrounding athletes, as they are often the most influential or people who induce and/or support the use of banned substances by athletes should also be punished. Nevertheless, if we educate athletes, they can search for appropriate sources of information and also evaluate its quality. Focusing in cycling and triathlon particularly, we consider, after lasts and media doping cases that nowadays is the ideal moment to work together against doping to win this battle. Event organisers and sport federations should work together to modify the rules of each competition in order to deter dopers (i.e. allowing longer recovery between stages and/or reducing the distance covered in competitions). Sport science researching world will play a decisive role in this battle against doping analysing the current situation deeply by means of studies like this to detect risky groups and their causes. Consequently, to design specific training and educational programs to get more “athletes 2.0”. The programmes targeting athletes and those stakeholders around them must be carefully planned and developed as a middle- to long-term objective to ultimately change attitudes towards doping, and so the doping culture.

Conclusions

The main conclusion of this study is that female competitive under-licensed Spanish cyclists and triathletes, in general, are not permissive in relation to doping. However, cyclists were significant more permissive towards the use of banned substances than triathletes. In addition, results from semi-structured interviews have shown interesting and specific information and statements (e.g. reasons for use or responsible agents), which should be taken into account. In order to operate consequently, it could be interesting to analyse them exhaustively looking for the causes of that certain permissiveness. This study supports the idea that, apart from more efficient controls, anti-doping prevention and education programmes could be the key to better fight the battle against doping in sport.

Acknowledgment

We would like to thank both Spanish cycling and triathlon federations for allowing us to use their database of their athletes for the anonym response of questionnaire. This study was supported by a grant from the Spanish Ministry of Education (AP2009-0529) and it is part of “preventing to win”, a project of Spanish Cycling Federation.

References

1. Ajzen I (1991) The theory of planned behaviour: Some unresolved issues. *Organizational Behavior and Human Decision Processes* 50: 179-211
2. Alaranta A, Alaranta H, Holmila J, Palmu P, Pietila K, Helenius I (2006) Self-reported attitudes of elite athletes towards doping: differences between type of sport. *International Journal of Sports Medicine* 27: 842-846
3. Anshel MH, Russell KG (1997) Examining athletes' attitudes toward using anabolic steroids and their knowledge of the possible effects. *Journal of Drug Education* 27: 121-145
4. Backhouse S, Mc Kenna J, Robinson S, Atkin A (2007) Attitudes, behaviours, knowledge and education - drugs in sport: past, present and future. Report to the World Anti-Doping Agency (WADA)
5. Bassons C (2000) Positif. Stock, Paris
6. Bloodworth A, McNamee M (2010) Clean Olympians? Doping and anti-doping: the views of talented young British athletes. *International Journal of Drug Policy* 21: 276-282
7. Bloodworth A, Petróczy A, Bailey R, Pearce G, Mcnamee MJ (2010) Doping and supplementation: the attitudes of talented young athletes'. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 22:293-301
8. Callaway E (2011) Sports doping: racing just to keep up. *Nature* 475: 283-285
9. Catlin D, Fitch K, Ljungqvist A (2008) Medicine and science in the fight against doping in sport. *Journal of Internal Medicine* 264: 99-114
10. Dodge T, Jaccard JJ (2008) Is abstinence an alternative? Predicting adolescent athletes' intentions to use performance enhancing substances. *Journal of Health Psychology* 13: 703-711
11. Donovan RJ, Egger G, Kapernick V, Mendoza J (2002) A conceptual framework for achieving performance enhancing drug compliance in sport. *Sports Medicine* 32: 269-284
12. Freire-SantaCruz C, Morente-Sánchez J, Femia-Marzo P, Zabala M (2011) Attitude towards performance-enhancing drugs in Spanish Sport Sciences university students. Book of Abstracts of the 16th Annual Congress of the European College of Sport Science – 6-9 July 2011 Liverpool - United Kingdom: 619-620.
13. Harriss DJ, Atkinson G. Update – Ethical Standards in Sport and Exercise Science Research. *International Journal of Sports Medicine* 2011; 32: 819–821.
14. Kimmage P (1998) *Rough Ride: behind the wheel with a pro cyclist*. Random House UK
15. Lentillon-Kaestner V, Carstairs C (2010) Doping use among young elite cyclists: a qualitative psychosociological approach. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 20: 336-345
16. Lentillon-Kaestner V, Ohl F. (2011). Can we measure accurately the prevalence of doping? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 21:132-42
17. Lentillon-Kaestner V, Hagger M, Hardcastle S (2012) Health and doping in elite-level cycling. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 22: 596-606
18. Lucidi F, Zelli A, Mallia L, Grano C, Russo P, Violani C (2008) The social-cognitive mechanisms regulating adolescents' use of doping substances. *Journal of Sports Sciences* 26: 447-456
19. Morente-Sánchez J, Freire C, Ramírez-Lechuga J, Zabala M (2012) Attitudes towards doping in participants of a popular long-distance road cycling event according to their doping behavior: users vs non-

- users. Book of Abstracts of the 17th Annual Congress of the ECSS 4-7 July 2012 Bruges-Belgium: 270-271
20. Morente-Sánchez J, Zabala M (2013) Doping in sport: a systematic review of elite athletes' attitudes, beliefs and knowledge. *Sports Medicine* 43:395-411
 21. Morente-Sánchez J, Mateo-March M, Zabala M. (2013). Attitudes towards Doping and Related Experience in Spanish National Cycling Teams According to Different Olympic Disciplines. *PLoS One* 21;8(8):e70999
 22. Nieper A (2005) Nutritional supplement practices in UK junior national track and field athletes. *British Journal of Sports Medicine* 39: 645-649
 23. Ohaeri JU, Ikpeme E, Ikwuagwu PU, Zamani A, Odejide OA (2004) Use and awareness of effects of anabolic steroids and psychoactive substances among a cohort of Nigerian professional sports men and women. *Human Psychopharmacology* 8: 429-432
 24. Özdemir L, Nur N, Bağcivan I, Bulut O, Tezeren G (2005) Doping and performance enhancing drug use in athletes living in Sivas, Mid-Anatolia: A brief report. *Journal of Sports Science and Medicine* 4: 248-252
 25. Papadopoulos FC, Skalkidis I, Parkkari J, Petridou E (2006) Doping use among tertiary education students in six developed countries. *European Journal of Epidemiology* 21: 307-313
 26. Peters C, Schulz T, Oberhoffer R, Michna H (2009) Doping and Doping Prevention: Knowledge, Attitudes and Expectations of Athletes and Coaches. *Deutsche Zeitschrift für Sportmedizin* 60: 73-78
 27. Petróczi A (2007) Attitudes and doping: a structural equation analysis of the relationship between athletes' attitudes, sport orientation and doping behaviour. *Substance Abuse Treatment, Prevention, and Policy* 2: 34
 28. Petróczi A, Aidman E (2009) Measuring explicit attitude toward doping: Review of the psychometric properties of the Performance Enhancement Attitude Scale. *Psychology of Sport and Exercise* 10: 390-396
 29. Petróczi A, Mazanov J, Nepusz T, Backhouse S, Naughton D (2008) Comfort in big numbers: Does over-estimation of doping prevalence in others indicate self-involvement? *Journal of Occupational Medicine and Toxicology* 3: 3-19
 30. Pitsch W, Emrich E, Klein M (2005) Häufigkeit des Dopings im Leistungssport [Doping in elite sports in Germany: results of a www survey]: Ergebnisse eines www-surveys. *Leipziger Sportwissenschaftliche Beiträge* 46: 63-77
 31. Schneider AJ (2006) Cultural nuances: doping, cycling and the tour de France. *Journal of Sport & Social* 9: 212-226
 32. Schwerin MJ, Corcoran KJ (1996a) Beliefs about steroids: user vs. non-user comparisons. *Drug Alcohol Depend* 40: 221-225
 33. Schwerin MJ, Corcoran KJ (1996b) A Multimethod Examination of the Male Anabolic Steroid User1. *Journal of Applied Social Psychology* 26: 211-217
 34. Somerville S, Lewis M (2005) Accidental breaches of the doping regulations in sport: is there a need to improve the education of sportspeople? *British Journal of Sports Medicine* 39: 512-516
 35. Strelan P, Boeckmann RJ (2003) Research Notes A New Model for Understanding Performance-Enhancing Drug Use by Elite Athletes. *Journal of Applied Sport Psychology* 15: 176-183
 36. Striegel H, Ulrich R, Simon P (2010) Randomized response estimates for doping and illicit drug use in elite athletes. *Drug Alcohol Depend* 106: 230-232
 37. Tahtamouni LH, Mustafa NH, Alfaouri AA, Hassan IM, Abdalla MY, Yasin SR (2008) Prevalence and risk factors for anabolic-androgenic steroid abuse among Jordanian collegiate students and athletes. *The European Journal of Public Health* 18: 661-665
 38. Tricker R, Connolly D (1997) Drugs and the Collegiate Athlete: An Analysis of the Attitudes of Student Athletes at Risk. *Journal of Drug Education* 27: 105-119
 39. Uvacsek M, Nepusz T, Naughton D, Mazanov J, Ránky M, Petróczi A (2011) Self-admitted behavior and perceived use of performance-enhancing vs psychoactive drugs among competitive athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports* 21: 224-234
 40. Vangrunderbeek H, Tolleneer J (2010) Student attitudes towards doping in sport: Shifting from repression to tolerance? *International Review for the Sociology of Sport* 46: 346-357
 41. Voet W (1999) *Massacre à la chaîne: revelations sur 30 ans de tricheries*. Calmann-Lévy, Paris
 42. WADA The World Antidoping Code: the 2012 prohibited list -International standard. 2012. Available at <http://www.wada-ama.org/> (accessed August 1, 2012).
 43. Waddington I, Malcolm D, Roderick M, Naik R (2005) Drug use in English professional football. *British Journal of Sports Medicine* 39: e18-e18
 44. Zabala M, Atkinson G (2012) Looking for the "athlete 2.0": A collaborative challenge. *Journal of Science of Cycling* 1: 1-2
 45. Zabala M, Sanz L, Durán J, Morente-Sánchez J (2009) Doping and professional road cycling: Perspective of cyclists versus team managers. *Journal of Sports Science and Medicine* 8: 102-103

CUESTIONARIO CICLISTAS

CONTEXTO DE ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN DE LAS CICLISTAS FEDERADAS A NIVEL NACIONAL

Desde la Real Federación Española de Ciclismo (RFEC) se está realizando un estudio en profundidad sobre “El contexto de entrenamiento y competición de la mujer en el ciclismo” con el objetivo de recabar información que nos pueda ser de utilidad para mejorar en todo lo posible en el futuro. No puedes dejar pasar la ocasión de aportar tu experiencia e informar de lo que consideres importante para mejorar el deporte que practicas desde tu experiencia como mujer; así conseguiremos dar un paso importante en igualdad de derechos y oportunidades con respecto al deporte masculino y también con respecto a otros deportes ante los cuales estamos en clara inferioridad. Para rellenar el formulario sólo tienes que picar con el cursor del ratón en la/s opción/es que creas convenientes o bien rellenar los espacios en blanco con tus opiniones. El formulario es **COMPLETAMENTE ANÓNIMO**, por lo que te rogamos seas **TOTALMENTE SINCERA** en tus respuestas, ya que éstas son confidenciales. Es importante que lo rellenes sin prisas y si tienes cualquier duda puedes dirigirte al e-mail mujer_deporte@hotmail.com donde te atenderemos lo antes posible.

¡Muchas gracias por tu colaboración!

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

1-Federación territorial _____

2-Provincia de residencia _____

3-Categoría _____

4-Edad _____

5-Modalidad ciclista Señala la/s que corresponda/n

- BTT
- Carretera
- Trial
- Pista
- BMX
- Ciclo-cross
- Cicloturismo
- Paraciclismo

6-Peso (kg) _____

7-Altura _____

8-¿Cuál es tu estado civil actual? Señala la que corresponda

- Soltera
- Casada
- Separada/ divorciada
- Viuda

9-Actualmente; ¿Vives sola o acompañada? Señala la que corresponda

- Sola (Pasa a la pregunta nº 11)
- Acompañada

10-¿Con quién convives actualmente? Señala la/s que corresponda/n

- Madre/padre
- Hijos
- Pareja/cónyuge
- Otros familiares
- Compañeros de piso
- Amigos

11-¿Cuál es o ha sido la profesión de tu padre durante su vida? Señala la que corresponda

- Deportista profesional
- Entrenador profesional
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo administración pública/ empresas (director-gerente empresa)
- Profesional nivel superior ciencias biológicas, medicina y salud (médico, biólogo...)
- Profesional nivel superior ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (arquitecto, ingeniero, químico, informático...)
- Profesional nivel superior enseñanza (profesor de facultad/ instituto)
- Profesional nivel medio ciencias biológicas, medicina y salud (enfermero...)
- Profesional nivel medio ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero técnico, arquitecto técnico)
- Maestro/ instructor nivel medio

- Miembro del cuerpo de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombero...)
- Empleado de oficina (administrativo, oficinista...)
- Auxiliar/ monitor (auxiliar de clínica, monitor deportivo...)
- Personal de hostelería
- Operario de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Vendedor, comercial
- Agricultor, trabajador agropecuario, pesquero
- Miembro de servicios de protección/ seguridad (celador, conserje, vigilante de seguridad...)
- Miembro de servicios de protección/ seguridad (celador, conserje, vigilante de seguridad...)
- Personal de limpieza
- Personal de servicio doméstico
- Amo de casa
- Otro:

12-Nivel de estudios de tu padre. Señala la que corresponda

- Primarios incompletos
- Estudios primarios
- Bachiller elemental
- Bachiller superior (BUP, FP, COU)
- Ciclo formativo de grado medio-superior
- Diplomatura Universitaria
- Licenciatura Universitaria
- Doctorado
- NS/NC

13-¿Cuál es o ha sido la profesión de tu madre durante su vida? Señala la/s que corresponda/n

- Deportista profesional
- Entrenadora profesional
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo administración pública/ empresas (directora/ gerente de empresa)
- Profesional nivel superior ciencias biológicas, médica y salud (bióloga, médica...)
- Profesional nivel superior ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (arquitecta, ingeniera, química, informática...)
- Profesional nivel superior enseñanza (profesora de facultad/ instituto)
- Profesional nivel medio ciencias biológicas, medicina y salud (enfermera...)
- Profesional nivel medio ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero técnico, arquitecto técnico...)
- Maestra/ instructora nivel medio
- Miembro cuerpos de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombera..)
- Empleada de oficina (administrativa, oficinista)
- Auxiliar/ monitora (auxiliar de clínica/ monitora deportiva...)
- Personal de hostelería

- Operaria de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Vendedora, comercial
- Miembro de servicio de protección/ seguridad (conserje, celadora, vigilante de seguridad...)
- Agricultora, trabajadora agropecuaria, pesquera
- Trabajadora de la construcción
- Personal de limpieza
- Personal de servicio doméstico
- Ama de casa
- Otro:

14-Nivel de estudios de tu madre. Señala la que corresponda

- Primarios incompletos
- Estudios primarios
- Bachiller elemental
- Bachiller superior (BUP, FP, COU)
- Ciclo formativo de grado medio-superior
- Diplomatura Universitaria
- Licenciatura Universitaria
- Doctorado
- NS/NC

15-¿Cuál es o ha sido tu profesión principal durante tu vida? Señala la que corresponda

- Deportista profesional
- Estudiante
- Entrenadora/ directora técnica
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo de administraciones públicas/ empresas (gerente, director de empresa)
- Profesional nivel superior ciencias biológicas, medicina y salud (bióloga, médica...)
- Profesional nivel superior ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniera, arquitecta, química, informática...)
- Profesional nivel superior enseñanza (profesora de facultad, instituto)
- Profesional nivel medio ciencias biológicas, médicas y salud (enfermera...)
- Profesional nivel medio de ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniera técnica, arquitecta técnica...)
- Maestra/ instructora nivel medio
- Miembro cuerpos de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombera...)
- Empleada de oficina (administrativa, oficinista...)
- Auxiliar/ monitora (auxiliar de enfermería, monitora deportiva...)
- Personal de hostelería
- Operaria de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Vendedora, comercial
- Miembro de servicio de protección y seguridad (conserje, celadora, vigilante de seguridad...)

- Personal de servicio doméstico
- Agricultora, trabajadora agropecuaria, pesquera
- Personal de limpieza
- Personal de servicio doméstico
- Ama de casa
- Otro:

16-¿En qué situación laboral te encuentras actualmente? Señala la que corresponda

- Ciclista profesional
- Estudiante
- En paro
- Ama de casa
- Trabajo a tiempo completo, todo el año
- Trabajo a tiempo parcial, todo el año
- Trabajo de forma ocasional
- Jubilada

17-Nivel de estudios Señala la que corresponda

- Primarios incompletos
- Estudios primarios
- Bachiller elemental
- Bachiller superior (BUP, FP, COU)
- Ciclo formativo de grado medio-superior
- Diplomatura universitaria
- Licenciatura universitaria
- Doctorado

VARIABLES SOCIOECONÓMICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA

Antecedentes en el ciclismo e influencia familiar en su práctica

18-¿Qué edad comenzaste a competir en ciclismo _____

19-¿Te influyó alguien para que comenzaras a practicar ciclismo? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº 21)

20-¿Quién/es te influyeron para que comenzaras a practicar ciclismo? Señala la/s que corresponda

- Padre/madre
- Cónyuge/pareja
- Hijo/a
- Hermano/a
- Otros familiares (primos, cuñados)
- Amigos/compañeros de escuela-instituto

- Profesor/maestro de Educación física
- Monitor deportivo escuelas deportivas
- Monitor/entrenador de ciclismo

21-En tus comienzos; ¿Crees que tu familia apoyó tu práctica deportiva en el ciclismo? Valora de 1 a 4 el apoyo recibido

	1- Nada	2-Algo	3-Mucho	4-Totalmente
Apoyo familiar inicial en la práctica deportiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22-Y actualmente; ¿Te apoya tu familia? Valora de 1 a 4 el apoyo recibido

	1-Nada	2-Algo	3-Mucho	4-Totalmente
Apoyo familiar actual en la práctica deportiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23-¿Cómo consideras el nivel socioeconómico de tu familia? Señala la que corresponda

- Bajo
- Medio-bajo
- Medio
- Medio-alto
- Alto

24-¿Algún miembro de tu familia está o ha estado involucrado de forma profesional/amateur en el ciclismo o en cualquier otro deporte? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa la pregunta nº 28)

25-¿Qué miembro/s de tu familia está/n o ha/n estado involucrado/s? Señala la/s que corresponda/n

- Padre/Madre
- Cónyuge/Pareja
- Hijo/a
- Hermano/a
- Otros familiares

26-¿En qué deporte/s está/n o ha/n estado involucrados? Señala la/s que corresponda/n

- Actividades subacuáticas (pesca submarina, buceo deportivo...)
- Aeronáutica (paracaidismo, vuelo sin motor, parapente...)

- Ajedrez
- Atletismo
- Automovilismo
- Bádminton
- Baile deportivo
- Baloncesto
- Balonmano
- Béisbol-Softball
- Billar
- Bolos
- Boxeo
- Caza
- Ciclismo
- Deportes para discapacitados
- Deportes de hielo (hockey hielo, curling, patinaje artístico)
- Deportes de invierno (esquí de fondo/alpino, snowboard)
- Esgrima
- Espeleología
- Fútbol
- Fútbol americano
- Gimnasia
- Golf
- Halterofilia
- Hípica
- Hockey
- Deportes de lucha (Kárate, judo...)
- Montañismo/ escalada
- Motociclismo
- Natación
- Orientación
- Pádel
- Patinaje
- Frontón
- Pentatlón moderno
- Pesca
- Petanca
- Piragüismo
- Polo
- Remo
- Rugby
- Salvamento y socorrismo
- Squash
- Surf
- Tenis
- Tenis de mesa

- Tiro olímpico
- Triatlón
- Vela
- Voleibol

27-¿De qué forma está/n o ha/n estado involucrados? Señala la/s que corresponda/n

- Deportista amateur
- Ex-deportista amateur
- Deportista profesional
- Ex-deportista profesional
- Técnico deportivo/ Director deportivo
- Ex-técnico deportivo/ Ex-director deportivo
- Juez/ Miembro federativo
- Ex-juez/Ex-miembro federativo
- Espectador

28-Actualmente; ¿Cuántos años llevas en competición? _____

29-¿Cuántos años más crees que vas a competir de forma federada en esta disciplina? Señala la que corresponda

- Menos de 1 año
- 1-5 años
- 5-10 años
- Todos los años que pueda si no existen inconvenientes
- Lo voy a dejar próximamente

30-¿Cuáles eran tus expectativas en el ciclismo cuando te iniciaste en él? Valora de 1 a 4 el grado de importancia de los siguientes factores

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
Hacer amigos, relacionarme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasármelo bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganar carreras e intentar ser una campeona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi imagen física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi salud	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrarme a mí misma lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrar a los demás lo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
que valgo				
Agradar a los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganarme la vida siendo ciclista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

31-Actualmente; ¿Cuáles son tus expectativas en el ciclismo? Valora de 1 a 4 el grado de importancia de los siguientes factores

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
Hacer amigos, relacionarme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasármelo bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganar carreras e intentar ser una campeona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi imagen física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi salud	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrarme a mí misma lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrar a los demás lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Agradar a los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganarme la vida siendo ciclista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32-¿Crees que tus responsabilidades en el hogar y con la familia dificultan tu práctica del ciclismo? Indica la que corresponda

-Sí

-No (Pasa a la pregunta nº 34)

33-¿Puedes indicar qué tipo de responsabilidades frenan tu práctica deportiva? Indica la/s que creas oportunas _____

34-¿Crees que es posible desarrollar al mismo tiempo una carrera como ciclista federada y otra ocupación? Señala la que corresponda

-Sí, sin problema

-Sí, aunque con ayuda

-No, son incompatibles

VARIABLES ECONÓMICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA

35-¿Qué tipo de ayuda te proporciona tu club ciclista? Indica la/s que corresponda/n

- Licencia federativa
- Equipación (maillot, culote, zapatillas, casco)
- Bicicleta
- Material deportivo (alimentación deportiva, piezas de la bici...)
- Incentivos económicos
- Ninguna
- Otro:

36-¿Cómo te resulta económicamente la práctica del ciclismo? Señala la que corresponda

- Nada costosa
- Poco costosa
- Bastante costosa
- Muy costosa

37-¿Ganas dinero con el ciclismo? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº 39)

38-¿Cuánto estimas que ganas al año en ciclismo? Señala la que corresponda

- Menos de 500 euros
- Entre 500-1000 euros
- Entre 1000-2000 euros
- Entre 2000-4000 euros
- Entre 4000-6000 euros
- Más de 6000 euros

39-¿Recibes alguna ayuda para tu práctica deportiva? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº 41)

40-¿Qué tipo de ayuda recibes? Señala la/s que corresponda/n

- Beca municipal
- Beca provincial
- Beca de la comunidad autónoma
- Beca nacional ADO
- Beca de algún organismo, entidad social
- Ayudas deportivas/ médicas por parte de tu federación (manutención, alojamientos, desplazamientos...)
- Otro:

VARIABLES SOCIOPOLÍTICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA

41-¿Por qué motivos estás en un equipo de ciclismo?* Valora de 1 a 4 la importancia de los siguientes factores

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
Puedo relacionarme con más deportistas de mi mismo deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me proporciona recursos económicos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me proporciona acceso a buenas instalaciones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me proporciona transporte y medios en las competiciones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

42-¿Cuál es tu grado de participación en el equipo? Señala la que corresponda

-Soy dirigente/ miembro de la junta directiva del equipo

-Soy corredora

-Colaboro especialmente organizando actividades o ayudando en otras actividades

-Soy entrenadora/ directora técnica

-Otro:

43-Consideras que las ciclistas estáis suficientemente representadas en las decisiones tomadas por el equipo? Señala la que corresponda

-Si (Pasa a la pregunta nº 45)

-No

44-¿Por qué crees que no estáis suficientemente representadas en el equipo? Indica lo que creas conveniente

45-¿Cuántas ciclistas hay en tu equipo además de ti?

- Ninguna (Pasa a la pregunta nº48)

-1

-2

-3

- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- de 10

46-¿Cómo calificarías la relación con el resto de féminas de tu equipo? Señala la que corresponda

- Muy buena (Pasa a la pregunta nº 48)
- Buena (Pasa a la pregunta nº 48)
- Regular (Pasa a la pregunta nº48)
- Mala
- Muy mala

47-¿Qué motivos existen para que califiques la relación con las compañeras de equipo de muy mala/ mala? Indica lo que creas conveniente

48-En tu equipo; ¿El director es? Señala la que corresponda

- Hombre
- Mujer

49-Teniendo en cuenta las características que se le pueden atribuir a tu director/a

Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes características

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Conecta con las corredoras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nos tiene en cuenta a las corredoras para tomar las decisiones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se esfuerza para conseguir lo mejor de las corredoras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prepara y planifica las competiciones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Está muy preparado/a para esta labor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
instrucciones antes de la carrera				
Me da instrucciones durante la carrera	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Analiza conmigo la carrera una vez terminada	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Domina la estrategia antes de la carrera	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Domina la táctica en carrera	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Sabe de ciclismo	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Se pone en mi lugar	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Es un/a líder	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Se hace respetar	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Es machista	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Hace comentarios poco respetuosos	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Su lenguaje es rudo/malhablado/a	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Su opinión es siempre la que cuenta	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

50-¿Conoces la existencia de algún órgano que os represente a las ciclistas en la RFEC? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 54)

51-¿De qué órgano se trata?_____

52-Teniendo en cuenta la labor que desempeña este órgano en materia de ciclismo a nivel nacional. Valora de 1 a 4 la labor ejercida por éste

	1- Muy mala	2-Mala	3- Muy buena	4-Excelente
Labor ejercida	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

53-¿Sobre qué asuntos crees que sería importante que se interviniera en materia de ciclismo femenino? Indica lo que creas conveniente

54-¿Crees que las ciclistas deberían estar más involucradas en la gestión/administración deportiva?* Señala la que corresponda

- Si
- No
- Es indiferente

55-¿En qué medida crees que está reconocida tu labor en la sociedad como deportista? Señala la que corresponda

- Mucho
- Bastante
- Suficiente
- Poco
- Muy poco

56-¿Crees que las ciclistas estáis discriminadas respecto a los ciclistas? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa la pregunta nº 58)

57-¿Por qué motivo/s crees que estáis discriminadas respecto a los ciclistas? Indica lo que creas conveniente.

ASPECTOS Y FACTORES CONDICIONANTES DE LA COMPETICIÓN

Aspectos organizativos de la competición

58-A nivel organizativo; ¿Existen insuficiencias en las carreras a las que asistes con respecto a las carreras masculinas? Señala la que creas conveniente

- Si
- No (Pasa la pregunta nº 60)

59-¿Qué tipo de insuficiencias existen? Indica la/s que creas conveniente/s

ASPECTOS DE ENTRENAMIENTO, PREPARACIÓN Y DESCANSO

60-¿Con quién entrenas habitualmente?* Señala la/s que corresponda/n

- La mayor parte de las veces sola
- Con un grupo de amigos
- Con compañeros/as de equipo
- Con mi pareja
- Con algún miembro de la familia
- Depende, unas veces sola y otras en grupo

61-¿En qué competiciones deportivas participas habitualmente? Señala la/s que corresponda/n

- Aunque tengo licencia no compito
- Competiciones locales y provinciales (Pasa la pregunta nº63)
- Competiciones autonómicas y nacionales (Pasa a la pregunta nº 63)
- Competiciones internacionales (Pasa a la pregunta nº 63)
- Juegos olímpicos (Pasa a la pregunta nº 63)

62-¿Qué motivo/s existe/n para que no compitas? Señala la/s que corresponda/n

- Estoy lesionada
- No tengo tiempo libre
- No tengo motivación ni ánimos para entrenar/ competir
- Motivos económicos
- Otro:

63-¿Qué instalaciones deportivas utilizas habitualmente? Señala la/s que corresponda/n

- Instalaciones públicas de carácter municipal
- Instalaciones de una entidad privada
- Instalaciones de un centro de alto rendimiento
- Lugares abiertos (pistas, campo, carretera..)
- En mi propia casa
- Otro:

64-¿Realizas un entrenamiento personalizado adaptado a tus características e intereses personales? Señala la/s que corresponda/n

- Sí, está totalmente adaptado a mis características personales (Pasa a la pregunta nº 66)
- Sí, aunque no está todo lo adaptado que me gustaría
- No, entreno según mis sensaciones, tiempo libre...
- Otro:

65-¿Qué le falta a tu entrenamiento para que esté lo más personalizado posible? Señala la/s que corresponda/n

- Un entrenador/a cualificado
- Más supervisión y control de las sesiones de entrenamiento por parte de mi entrenador
- Seguimiento presencial de las sesiones de entrenamiento
- Seguimiento nutricional, biomecánico, médico...
- Otro:

66-¿En la planificación de tu entrenamiento se tiene en cuenta el ciclo menstrual? Señala la que corresponda

- Sí, se prevén de antemano los cambios hormonales teniendo en cuenta factores como cambios en las sesiones de entrenamiento, modificaciones en la intensidad de las cargas, interrupción del ciclo menstrual...
- Sí, aunque las modificaciones en el entrenamiento son momentáneas según las sensaciones experimentadas

- No, por desconocimiento
- No, por desinterés
- No, no me afecta el dolor de la regla
- Otro:

67-¿Quién te dirige el entrenamiento? Señala la que corresponda

- Un entrenador que se dedica de forma aficionada a entrenar
- Un entrenador que se dedica de forma profesional a entrenar
- Una entrenadora que se dedica de forma aficionada a entrenar
- Una entrenadora que se dedica de forma profesional a entrenar
- Tú misma (Pasa la pregunta nº79)
- Otro:

68-¿Qué nivel de estudios tiene tu entrenador? Señala la/s que corresponda/n

- Estudios primarios
- Título federativo nacional de ciclismo
- Cursos específicos relacionados con el ciclismo
- Diplomado en Educación Física
- Licenciado en Educación Física
- Diplomado/ Licenciado en otra especialidad diferente a Educación Física
- Otro:

69-¿Cuál es o ha sido la profesión de tu entrenador/a a lo largo de su vida? Señala la/s que corresponda/n

- Entrenador/a profesional
- Deportista profesional
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo de administraciones públicas/ empresas (director/ a-gerente)
- Profesional nivel superior de ciencias biológicas, medicina y salud (biólogo/a, médico/a...)
- Profesional nivel superior de ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero/a, arquitecto/a; químico/a; informático/a)
- Profesional nivel superior de enseñanza (profesor/a de facultad, instituto)
- Profesional nivel medio de ciencias biológicas, de medicina y salud (enfermero/a...)
- Profesional nivel medio de ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero/a técnico, arquitecto/a técnico...)
- Maestro/a- instructor/a nivel medio
- Miembro cuerpos de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombero/a...)
- Empleado de oficina (administrativo/a, oficinista..)
- Auxiliar/ monitor/a (auxiliar de clínica, monitor/a deportivo...)
- Personal de hostelería
- Operario/a de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Miembro de servicio de seguridad y protección (celador/a, conserje, vigilante de seguridad...)
- Agricultor/a, trabajador/a agropecuario, pesquero

- Trabajador/a servicio de limpieza
- Personal servicio doméstico
- Amo/a de casa
- Estudiante

70-¿Qué edad tiene tu entrenador/a? _____

71-¿Percibe tu entrenador una cuantía económica por entrenarte? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº 73)

72-¿Qué cuantía económica anual estimas que recibe? Señala la que corresponda

- Menos de 200 euros
- Entre 200-600 euros
- Entre 600-1000 euros
- Entre 1000-4000 euros
- Más de 4000 euros

73-En cuanto a la relación profesional con tu entrenador. Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Existe total confianza entre mi entrenador/a y yo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi entrenador/a actual es mi actual pareja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo contacto diario con mi entrenador/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Confío totalmente en las indicaciones de mi entrenador	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La relación con mi entrenador es inmejorable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
La relación con mi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1-Nada de acuerdo 2-Algo de acuerdo 3-Muy de acuerdo 4-Totalmente de acuerdo

entrenador
no sobrepasa
lo
estrictamente
profesional

Nunca he
desconfiado
de mi
entrenador
en ningún
aspecto



74-¿Te consideras manipulada de alguna manera ya sea profesional o personal por tu entrenador? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 76)

75-¿De qué manera te sientes manipulada? Indica lo que creas conveniente

76-¿Encuentras algún/os factor/es externo/s que dificulte/n tu relación con tu entrenador? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa la pregunta nº 78)

77-¿Qué tipo de factor/es externo/s dificulta/n tu relación con tu entrenador? Indica lo que creas conveniente

78-¿De qué forma te dirige tu entrenador el entrenamiento? Señala la que corresponda

-De forma presencial (todos los días que tengo que entrenar)

-De forma semipresencial (de forma on-line y presencial los días que tengo que entrenar)

-De forma on-line

79-¿Cuántos días a la semana entrenas habitualmente? _____

80-¿Cuántas horas entrenas habitualmente cada día? _____

81-¿Doblas sesión habitualmente?

82-¿Cuántas carreras aproximadamente hiciste la última temporada? _____

83-¿Cuántas horas duermes habitualmente al día? _____

84-¿Las horas que duermes al día te permiten descansar lo suficiente? Señala la que corresponda

-Si

-No

VARIABLES TÉCNICO TÁCTICAS

85-¿Entrenas la técnica de tu deporte de forma específica?

-Si

-No (Pasa la pregunta nº 88)

86-¿Cómo entrenas la técnica sola o con las compañeras?

-Sola

-Con las compañeras

87-¿Cuántas sesiones a la semana entrenas de forma específica la técnica?

88-En las carreras; ¿Encuentras limitaciones técnicas?

-Si

-No (Pasa al pregunta nº 89)

89-¿Qué tipo de limitaciones técnicas encuentras? Indica lo que creas conveniente

90-¿Preparas la estrategia y planificas las carreras? Señala la que corresponda

-Si

-No

91-En las carreras; ¿Encuentras limitaciones tácticas? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 93)

92-¿Qué tipo de limitaciones tácticas encuentras? Indica lo que creas conveniente

93-En cuanto a aspectos técnico-tácticos en carrera. Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las afirmaciones

1-Nada de acuerdo 2-Algo de acuerdo 3-Muy de acuerdo 4-Totalmente de acuerdo

En general, el nivel técnico de las chicas es muy mejorable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En general, el nivel táctico de las chicas es muy mejorable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A nivel táctico las chicas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1-Nada de acuerdo 2-Algo de acuerdo 3-Muy de acuerdo 4-Totalmente de acuerdo

somos demasiado imprevisibles en competición				
En el trabajo de equipo las chicas somos siempre una piña	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas del equipo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas en carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las ciclistas se insultan y gritan en carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las ciclistas son muy individualistas y no hacen caso del director si no les conviene	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ASPECTOS NUTRICIONALES

94-En el momento actual; ¿Sigues alguna dieta o régimen especial? Señala la que corresponda

- Si
- No

95- Contesta con un SÍ o NO a las siguientes preguntas sobre tus hábitos nutricionales

- ¿Desayunas? SI NO
- ¿Desayunas un lácteo? SI NO
- ¿Desayunas cereal o derivado (galletas, pan, pan tostado..) SI NO
- ¿Desayunas bollería industrial? SI NO
- ¿Tomas una fruta o zumo de frutas a diario? SI NO
- ¿Tomas una segunda fruta a diario? SI NO
- ¿Tomas un segundo lácteo a diario? SI NO
- ¿Tomas verdura fresca o cocida una vez al día? SI NO
- ¿Tomas verdura fresca o cocida más de una vez al día? SI NO
- ¿Tomas varias veces al día dulces o golosinas? SI NO
- ¿ Te gustan las legumbres (garbanzos...)? SI NO
- ¿Tomas pasta o arroz casi a diario? (más de 3 veces a la semana) SI NO
- ¿Utilizas aceite de oliva en casa? SI NO
- ¿Acudes más de una vez a la semana a un fast-food? SI NO
- ¿Tomas bebidas alcohólicas al menos una vez a la semana? SI NO
- ¿Utilizas o has utilizado actualmente algún suplemento dietético destinado a la mejora del rendimiento? SI NO

96- Contesta con un SÍ O NO a los siguientes interrogantes.

- ¿Se podría decir que la comida domina tu vida? SI NO
- ¿Crees que estás muy gorda aunque los demás te digan que estás muy delgada? SI NO
- ¿Crees que has perdido el control sobre la cantidad de comida que digieres? SI NO

-¿Crees que has perdido más de 6 kg en los últimos 3 meses? SI NO

-¿Alguna vez te sientes enferma por haber comido demasiado o muy llena? SI NO

-¿Has utilizado algún medicamento destinado a la mejora del rendimiento deportivo? SI NO

97-A continuación te hacemos una serie de preguntas acerca del dopaje. Son opiniones así que no hay respuesta correcta o incorrecta. Sé sincera. Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Legalizar productos para mejorar el rendimiento sería beneficioso para el deportista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doparse es necesario para ser competitivo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se exageran los riesgos relacionados con el dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las drogas recreacionales motivan a entrenar y competir al más alto nivel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los deportistas no deberían sentirse culpables por saltarse las reglas y tomar fármacos para mejorar su rendimiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los deportistas son presionados para tomar fármacos que mejoren su rendimiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los problemas de salud y las lesiones derivados del entrenamiento riguroso son tan perjudiciales como las	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
repercusiones del dopaje				
Los medios de comunicación exageran el asunto del dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los medios de comunicación deberían hablar menos del dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El dopaje es la única alternativa profesional de los deportistas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
los deportistas que toman drogas recreacionales lo hacen porque le ayudan en situaciones deportivas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las drogas recreacionales ayudan a superar el aburrimiento durante los entrenamientos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El dopaje es una parte inevitable del deporte competitivo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los deportistas suelen perder tiempo debido a lesiones y los fármacos pueden ayudarle a recuperar el tiempo perdido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doparse no es hacer trampas ya que todo el mundo lo hace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sólo debería valorarse la calidad del rendimiento, no la manera en que los deportistas lo consiguen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No hay	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
diferencias entre utilizar fármacos, formas aerodinámicas o bañadores especiales, ya que todos sirven para mejorar el rendimiento.				

ASPECTOS DE SALUD

98-¿Con qué frecuencia acudes al médico? Señala la que corresponda

- Una vez a la semana
- Una vez al mes
- Varias veces al año
- Cuando lo necesito

99-¿Cuál es tu grado de satisfacción respecto al seguro de accidente deportivo de la RFEC? Señala la que corresponda

- Muy satisfecha
- Bastante satisfecha
- Regular
- Poco satisfecha
- Muy poco satisfecha
- Nunca lo he utilizado

100-En general; ¿Cómo te encuentras de salud? Señala la que corresponda

- Muy bien
- Bien
- Regular
- Mal
- Muy mal

101-En la actualidad; ¿Tienes dolores o molestias en alguna parte de tu cuerpo o padeces alguna enfermedad? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº119)

102-¿Qué crees que han ocasionado estas molestias o enfermedad? Señala la/s que corresponda/n

- Mala planificación de las cargas de entrenamiento
- Incorrecto uso del material, medidas de la bicicleta
- Incorrecta realización de algún ejercicio específico del deporte
- Accidentes
- Factores genéticos

-NS/NC

-Otro:

APARTADO DE APORTACIONES Y SUGERENCIAS

A continuación te proponemos 3 preguntas que son optativas (no tienes que rellenarlas obligatoriamente); pero sí que a través de ellas puedes manifestar tus preocupaciones, sugerencias o temas que no se hayan tratado a lo largo del formulario y que creas que son de interés para mejorar la situación del ciclismo femenino. ¡Agradeceremos mucho tus respuestas! ¡Gracias!

103-¿Qué es lo que más te preocupa como mujer ciclista? Indica lo que creas conveniente

104-¿Puedes aportar sugerencias concretas para mejorar algunas situaciones que se dan en el ciclismo femenino? Indica lo que creas conveniente

105-Observaciones a realizar. Indica lo que creas conveniente

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

CUESTIONARIO TRIATLETAS

CONTEXTO DE ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN DE LAS TRIATLETAS FEDERADAS A NIVEL NACIONAL

Desde la Federación Española de Triatlón (FETRI) se está realizando un estudio en profundidad sobre “El contexto de entrenamiento y competición de la mujer en el triatlón” con el objetivo de recabar información que nos pueda ser de utilidad para mejorar en todo lo posible en el futuro. No puedes dejar pasar la ocasión de aportar tu experiencia e informar de lo que consideres importante para mejorar el deporte que practicas desde tu experiencia como mujer; así conseguiremos dar un paso importante en igualdad de derechos y oportunidades con respecto al deporte masculino y también con respecto a otros deportes ante los cuales estamos en clara inferioridad. Para rellenar el formulario sólo tienes que picar con el cursor del ratón en la/s opción/es que creas convenientes o bien rellenar los espacios en blanco con tus opiniones. El formulario es **COMPLETAMENTE ANÓNIMO**, por lo que te rogamos seas **TOTALMENTE SINCERA** en tus respuestas, ya que éstas son confidenciales. Es importante que lo rellenes sin prisas y si tienes cualquier duda puedes dirigirte al e-mail mujer_deporte@hotmail.com donde te atenderemos lo antes posible.

¡Muchas gracias por tu colaboración!

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS

1-Federación territorial_____

2-Provincia de residencia_____

3-Categoría_____

4-Edad_____

5-Modalidad triatleta Señala la/s que corresponda/n

-duatlón

-duatlón cross

-triatlón

-triatlón de invierno

-triatlón de montaña

-triatlón de larga distancia

-acuatlón

-paratriatlón

6-Peso (kg)_____

7-Altura (cm)_____

8-¿Cuál es tu estado civil actual? Señala la que corresponda

- Soltera
- Casada
- Separada/ divorciada
- Viuda

9-Actualmente; ¿Vives sola o acompañada? Señala la que corresponda

- Sola (Pasa a la pregunta nº 11)
- Acompañada

10-¿Con quién convives actualmente? Señala la/s que corresponda/n

- Madre/padre
- Hijos
- Pareja/cónyuge
- Otros familiares
- Compañeros de piso
- Amigos

11-¿Cuál es o ha sido la profesión de tu padre durante su vida? Señala la que corresponda

- Deportista profesional
- Entrenador profesional
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo administración pública/ empresas (director-gerente empresa)
- Profesional nivel superior ciencias biológicas, medicina y salud (médico, biólogo...)
- Profesional nivel superior ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (arquitecto, ingeniero, químico, informático...)
- Profesional nivel superior enseñanza (profesor de facultad/ instituto)
- Profesional nivel medio ciencias biológicas, medicina y salud (enfermero...)
- Profesional nivel medio ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero técnico, arquitecto técnico)
- Maestro/ instructor nivel medio
- Miembro del cuerpo de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombero...)
- Empleado de oficina (administrativo, oficinista..)
- Auxiliar/ monitor (auxiliar de clínica, monitor deportivo...)
- Personal de hostelería
- Operario de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Vendedor, comercial
- Agricultor, trabajador agropecuario, pesquero
- Miembro de servicios de protección/ seguridad (celador, conserje, vigilante de seguridad...)

- Miembro de servicios de protección/ seguridad (celador, conserje, vigilante de seguridad...)
- Personal de limpieza
- Personal de servicio doméstico
- Ama de casa
- Otro:

12-Nivel de estudios de tu padre. Señala la que corresponda

- Primarios incompletos
- Estudios primarios
- Bachiller elemental
- Bachiller superior (BUP, FP, COU)
- Ciclo formativo de grado medio-superior
- Diplomatura Universitaria
- Licenciatura Universitaria
- Doctorado
- NS/NC

13-¿Cuál es o ha sido la profesión de tu madre durante su vida? Señala la/s que corresponda/n

- Deportista profesional
- Entrenadora profesional
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo administración pública/ empresas (directora/ gerente de empresa)
- Profesional nivel superior ciencias biológicas, médica y salud (bióloga, médica...)
- Profesional nivel superior ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (arquitecta, ingeniera, química, informática...)
- Profesional nivel superior enseñanza (profesora de facultad/ instituto)
- Profesional nivel medio ciencias biológicas, medicina y salud (enfermera...)
- Profesional nivel medio ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero técnico, arquitecto técnico...)
- Maestra/ instructora nivel medio
- Miembro cuerpos de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombera..)
- Empleada de oficina (administrativa, oficinista)
- Auxiliar/ monitora (auxiliar de clínica/ monitora deportiva...)
- Personal de hostelería
- Operaria de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Vendedora, comercial
- Miembro de servicio de protección/ seguridad (conserje, celadora, vigilante de seguridad...)
- Agricultora, trabajadora agropecuaria, pesquera
- Trabajadora de la construcción
- Personal de limpieza
- Personal de servicio doméstico
- Ama de casa

-Otro:

14-Nivel de estudios de tu madre. Señala la que corresponda

- Primarios incompletos
- Estudios primarios
- Bachiller elemental
- Bachiller superior (BUP, FP, COU)
- Ciclo formativo de grado medio-superior
- Diplomatura Universitaria
- Licenciatura Universitaria
- Doctorado
- NS/NC

15-¿Cuál es o ha sido tu profesión principal durante tu vida? Señala la que corresponda

- Deportista profesional
- Estudiante
- Entrenadora/ directora técnica
- Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos
- Personal directivo de administraciones públicas/ empresas (gerente, director de empresa)
- Profesional nivel superior ciencias biológicas, medicina y salud (bióloga, médica...)
- Profesional nivel superior ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniera, arquitecta, química, informática...)
- Profesional nivel superior enseñanza (profesora de facultad, instituto)
- Profesional nivel medio ciencias biológicas, médicas y salud (enfermera...)
- Profesional nivel medio de ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniera técnica, arquitecta técnica...)
- Maestra/ instructora nivel medio
- Miembro cuerpos de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombera...)
- Empleada de oficina (administrativa, oficinista...)
- Auxiliar/ monitora (auxiliar de enfermería, monitora deportiva...)
- Personal de hostelería
- Operaria de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Vendedora, comercial
- Miembro de servicio de protección y seguridad (conserje, celadora, vigilante de seguridad...)
- Personal de servicio doméstico
- Agricultora, trabajadora agropecuaria, pesquera
- Personal de limpieza
- Personal de servicio doméstico
- Ama de casa
- Otro:

16-¿En qué situación laboral te encuentras actualmente? Señala la que corresponda

- Triatleta profesional
- Estudiante
- En paro
- Ama de casa
- Trabajo a tiempo completo, todo el año
- Trabajo a tiempo parcial, todo el año
- Trabajo de forma ocasional
- Jubilada

17-Nivel de estudios Señala la que corresponda

- Primarios incompletos
- Estudios primarios
- Bachiller elemental
- Bachiller superior (BUP, FP, COU)
- Ciclo formativo de grado medio-superior
- Diplomatura universitaria
- Licenciatura universitaria
- Doctorado

VARIABLES SOCIOECONÓMICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA

Antecedentes en el ciclismo e influencia familiar en su práctica

18-¿A qué edad comenzaste a competir en ciclismo _____

19-¿Te influyó alguien para que comenzaras a practicar ciclismo? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº 21)

20-¿Quién/es te influyeron para que comenzaras a practicar ciclismo? Señala la/s que corresponda

- Padre/madre
- Cónyuge/pareja
- Hijo/a
- Hermano/a
- Otros familiares (primos, cuñados)
- Amigos/compañeros de escuela-instituto
- Profesor/maestro de Educación física
- Monitor deportivo escuelas deportivas
- Monitor/entrenador de ciclismo

21-En tus comienzos; ¿Crees que tu familia apoyó tu práctica deportiva en el ciclismo? Valora de 1 a 4 el apoyo recibido

	1- Nada	2-Algo	3-Mucho	4-Totalmente
Apoyo familiar inicial en la práctica deportiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

22-Y actualmente; ¿Te apoya tu familia? Valora de 1 a 4 el apoyo recibido

	1-Nada	2-Algo	3-Mucho	4-Totalmente
Apoyo familiar actual en la práctica deportiva	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

23-¿Cómo consideras el nivel socioeconómico de tu familia? Señala la que corresponda

- Bajo
- Medio-bajo
- Medio
- Medio-alto
- Alto

24-¿Algún miembro de tu familia está o ha estado involucrado de forma profesional/amateur en el ciclismo o en cualquier otro deporte? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa la pregunta nº 28)

25-¿Qué miembro/s de tu familia está/n o ha/n estado involucrado/s? Señala la/s que corresponda/n

- Padre/Madre
- Cónyuge/Pareja
- Hijo/a
- Hermano/a
- Otros familiares

26-¿En qué deporte/s está/n o ha/n estado involucrados? Señala la/s que corresponda/n

- Actividades subacuáticas (pesca submarina, buceo deportivo....)
- Aeronáutica (paracaidismo, vuelo sin motor, parapente...)
- Ajedrez
- Atletismo
- Automovilismo
- Bádminton
- Baile deportivo

- Baloncesto
- Balonmano
- Béisbol-Softball
- Billar
- Bolos
- Boxeo
- Caza
- Ciclismo
- Deportes para discapacitados
- Deportes de hielo (hockey hielo, curling, patinaje artístico)
- Deportes de invierno (esquí de fondo/alpino, snowboard)
- Esgrima
- Espeleología
- Fútbol
- Fútbol americano
- Gimnasia
- Golf
- Halterofilia
- Hípica
- Hockey
- Deportes de lucha (Kárate, judo...)
- Montañismo/ escalada
- Motociclismo
- Natación
- Orientación
- Pádel
- Patinaje
- Frontón
- Pentatlón moderno
- Pesca
- Petanca
- Piragüismo
- Polo
- Remo
- Rugby
- Salvamento y socorrismo
- Squash
- Surf
- Tenis
- Tenis de mesa
- Tiro olímpico
- Triatlón
- Vela
- Voleibol

27-¿De qué forma está/n o ha/n estado involucrados? Señala la/s que corresponda/n

- Deportista amateur
- Ex-deportista amateur
- Deportista profesional
- Ex-deportista profesional
- Técnico deportivo/ Director deportivo
- Ex-técnico deportivo/ Ex-director deportivo
- Juez/ Miembro federativo
- Ex-juez/Ex-miembro federativo
- Espectador

28-Actualmente; ¿Cuántos años llevas en competición? _____

29-¿Cuántos años más crees que vas a competir de forma federada en esta disciplina? Señala la que corresponda

- Menos de 1 año
- 1-5 años
- 5-10 años
- Todos los años que pueda si no existen inconvenientes
- Lo voy a dejar próximamente

30-¿Cuáles eran tus expectativas en el ciclismo cuando te iniciaste en él? Valora de 1 a 4 el grado de importancia de los siguientes factores

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
Hacer amigos, relacionarme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasármelo bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganar carreras e intentar ser una campeona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi imagen física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi salud	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrarme a mí misma lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrar a los demás lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Agradar a los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganarme la vida siendo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

1-Nada importante 2-Algo importante 3-Muy importante 4-Totalmente importante

ciclista

31-Actualmente; ¿Cuáles son tus expectativas en el ciclismo? Valora de 1 a 4 el grado de importancia de los siguientes factores

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
Hacer amigos, relacionarme	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pasármelo bien	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganar carreras e intentar ser una campeona	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi imagen física	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mejorar mi salud	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrarme a mí misma lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Demostrar a los demás lo que valgo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Agradar a los demás	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ganarme la vida siendo ciclista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

32-¿Crees que tus responsabilidades en el hogar y con la familia dificultan tu práctica del triatlón? Indica la que corresponda

-Sí

-No (Pasa a la pregunta nº 34)

33-¿Puedes indicar qué tipo de responsabilidades frenan tu práctica deportiva? Indica la/s que creas oportunas _____

34-¿Crees que es posible desarrollar al mismo tiempo una carrera como ciclista federada y otra ocupación? Señala la que corresponda

-Sí, sin problema

-Sí, aunque con ayuda

-No, son incompatibles

VARIABLES ECONÓMICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA

35-¿Pertenece actualmente a algún equipo de triatlón?

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 37)

36-¿Qué tipo de ayuda te proporciona tu club de triatlón? Indica la/s que corresponda/n

-Licencia federativa

-Equipación (maillot, culote, zapatillas, casco)

-Bicicleta

-Material deportivo (alimentación deportiva, piezas de la bici...)

-Incentivos económicos

-Ninguna

-Otro:

37-¿Cómo te resulta económicamente la práctica del triatlón? Señala la que corresponda

-Nada costosa

-Poco costosa

-Bastante costosa

-Muy costosa

38-¿Ganas dinero con el triatlón? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 40)

39-¿Cuánto estimas que ganas al año en ciclismo? Señala la que corresponda

-Menos de 500 euros

-Entre 500-1000 euros

-Entre 1000-2000 euros

-Entre 2000-4000 euros

-Entre 4000-6000 euros

-Más de 6000 euros

40-¿Recibes alguna ayuda para tu práctica deportiva? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 42)

41-¿Qué tipo de ayuda recibes? Señala la/s que corresponda/n

-Beca municipal

-Beca provincial

-Beca de la comunidad autónoma

-Beca nacional ADO

-Beca de algún organismo, entidad social

-Ayudas deportivas/ médicas por parte de tu federación (manutención, alojamientos, desplazamientos...)

-Otro:

VARIABLES SOCIOPOLÍTICAS DE PRÁCTICA DEPORTIVA

42-¿Por qué motivos estás en un equipo de triatlón? Valora de 1 a 4 la importancia de los siguientes factores

	1-Nada importante	2-Algo importante	3-Muy importante	4-Totalmente importante
Puedo relacionarme con más deportistas de mi mismo deporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me proporciona recursos económicos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me proporciona acceso a buenas instalaciones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me proporciona transporte y medios en las competiciones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

43-¿Cuál es tu grado de participación en el equipo? Señala la que corresponda

-Soy dirigente/ miembro de la junta directiva del equipo

-Soy corredora

-Colaboro especialmente organizando actividades o ayudando en otras actividades

-Soy entrenadora/ directora técnica

-Otro:

44-Consideras que las triatletas estáis suficientemente representadas en las decisiones tomadas por el equipo? Señala la que corresponda

-Si (Pasa a la pregunta nº 46)

-No

45-¿Por qué crees que no estáis suficientemente representadas en el equipo? Indica lo que creas conveniente

46-¿Cuántas triatletas hay en tu equipo además de ti?

- Ninguna (Pasa a la pregunta nº48)

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- de 10

47-¿Cómo calificarías la relación con el resto de féminas de tu equipo? Señala la que corresponda

- Muy buena (Pasa a la pregunta nº 48)
- Buena (Pasa a la pregunta nº 48)
- Regular (Pasa a la pregunta nº48)
- Mala
- Muy mala

48-¿Qué motivos existen para que califiques la relación con las compañeras de equipo de muy mala/ mala? Indica lo que creas conveniente

49-En tu equipo; ¿El entrenador es? Señala la que corresponda

- Hombre
- Mujer

50-Teniendo en cuenta las características que se le pueden atribuir a tu entrenador/a
Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes características

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Conecta con las corredoras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nos tiene en cuenta a las corredoras para tomar las decisiones	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se esfuerza para conseguir lo mejor de las corredoras	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Prepara y planifica las	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
competiciones				
Está muy preparado/a para esta labor	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da instrucciones antes de la carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Me da instrucciones durante la carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Analiza conmigo la carrera una vez terminada	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Domina la estrategia antes de la carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Domina la táctica en carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sabe de ciclismo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se pone en mi lugar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es un/a líder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se hace respetar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Es machista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hace comentarios poco respetuosos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Su lenguaje es rudo/ malhablado/a	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Su opinión es siempre la que cuenta	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

51-¿Conoces la existencia de algún órgano que os represente a las triatletas en la FETRI? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 54)

52-¿De qué órgano se trata? _____

53-Teniendo en cuenta la labor que desempeña este órgano en materia de triatlón a nivel nacional. Valora de 1 a 4 la labor ejercida por éste

1- Muy mala 2-Mala 3- Muy buena 4-Excelente

Labor ejercida	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
----------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

54-¿Sobre qué asuntos crees que sería importante que se interviniera en materia de triatlón femenino? Indica lo que creas conveniente

55-¿Crees que las triatletas deberían estar más involucradas en la gestión/administración deportiva? Señala la que corresponda

- Si
- No
- Es indiferente

56-¿En qué medida crees que está reconocida tu labor en la sociedad como deportista? Señala la que corresponda

- Mucho
- Bastante
- Suficiente
- Poco
- Muy poco

57-¿Crees que las ciclistas estáis discriminadas respecto a los triatletas? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa la pregunta nº 59)

58-¿Por qué motivo/s crees que estáis discriminadas respecto a los triatletas? Indica lo que creas conveniente

ASPECTOS Y FACTORES CONDICIONANTES DE LA COMPETICIÓN

Aspectos organizativos de la competición

58-A nivel organizativo; ¿Existen insuficiencias en las carreras a las que asistes con respecto a las carreras masculinas? Señala la que creas conveniente

- Si
- No (Pasa la pregunta nº 60)

59-¿Qué tipo de insuficiencias existen? Indica la/s que creas conveniente/s

ASPECTOS DE ENTRENAMIENTO, PREPARACIÓN Y DESCANSO

60-¿Con quién entrenas habitualmente?* Señala la/s que corresponda/n

- La mayor parte de las veces sola
- Con un grupo de amigos
- Con compañeros/as de equipo
- Con mi pareja
- Con algún miembro de la familia
- Depende, unas veces sola y otras en grupo

61-¿En qué competiciones deportivas participas habitualmente? Señala la/s que corresponda/n

- Aunque tengo licencia no compito
- Competiciones locales y provinciales (Pasa la pregunta nº63)
- Competiciones autonómicas y nacionales (Pasa a la pregunta nº 63)
- Competiciones internacionales (Pasa a la pregunta nº 63)
- Juegos olímpicos (Pasa a la pregunta nº 63)

62-¿Qué motivo/s existe/n para que no compitas? Señala la/s que corresponda/n

- Estoy lesionada
- No tengo tiempo libre
- No tengo motivación ni ánimos para entrenar/ competir
- Motivos económicos
- Otro:

63-¿Qué instalaciones deportivas utilizas habitualmente? Señala la/s que corresponda/n

- Instalaciones públicas de carácter municipal
- Instalaciones de una entidad privada
- Instalaciones de un centro de alto rendimiento
- Lugares abiertos (pistas, campo, carretera..)
- En mi propia casa
- Otro:

64-¿Realizas un entrenamiento personalizado adaptado a tus características e intereses personales? Señala la/s que corresponda/n

- Sí, está totalmente adaptado a mis características personales (Pasa a la pregunta nº 66)
- Sí, aunque no está todo lo adaptado que me gustaría
- No, entreno según mis sensaciones, tiempo libre...
- Otro:

65-¿Qué le falta a tu entrenamiento para que esté lo más personalizado posible?

Señala la/s que corresponda/n

- Un entrenador/a cualificado
- Más supervisión y control de las sesiones de entrenamiento por parte de mi entrenador
- Seguimiento presencial de las sesiones de entrenamiento

-Seguimiento nutricional, biomecánico, médico...

-Otro:

66-¿En la planificación de tu entrenamiento se tiene en cuenta el ciclo menstrual?

Señala la que corresponda

-Sí, se prevén de antemano los cambios hormonales teniendo en cuenta factores como cambios en las sesiones de entrenamiento, modificaciones en la intensidad de las cargas, interrupción del ciclo menstrual...

-Sí, aunque las modificaciones en el entrenamiento son momentáneas según las sensaciones experimentadas

-No, por desconocimiento

-No, por desinterés

-No, no me afecta el dolor de la regla

-Otro:

67-¿Quién te dirige el entrenamiento? Señala la que corresponda

-Un entrenador que se dedica de forma aficionada a entrenar

-Un entrenador que se dedica de forma profesional a entrenar

-Una entrenadora que se dedica de forma aficionada a entrenar

-Una entrenadora que se dedica de forma profesional a entrenar

-Tú misma (Pasa la pregunta nº79)

-Otro:

68-¿Qué nivel de estudios tiene tu entrenador? Señala la/s que corresponda/n

-Estudios primarios

-Título federativo nacional de ciclismo

-Cursos específicos relacionados con el ciclismo

-Diplomado en Educación Física

-Licenciado en Educación Física

-Diplomado/ Licenciado en otra especialidad diferente a Educación Física

-Otro:

69-¿Cuál es o ha sido la profesión de tu entrenador/a a lo largo de su vida? Señala la/s que corresponda/n

-Entrenador/a profesional

-Deportista profesional

-Miembro del poder ejecutivo/ cuerpos legislativos

-Personal directivo de administraciones públicas/ empresas (director/ a-gerente)

-Profesional nivel superior de ciencias biológicas, medicina y salud (biólogo/a, médico/a...)

-Profesional nivel superior de ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero/a, arquitecto/a; químico/a; informático/a)

-Profesional nivel superior de enseñanza (profesor/a de facultad, instituto)

-Profesional nivel medio de ciencias biológicas, de medicina y salud (enfermero/a...)

-Profesional nivel medio de ciencias físicas, químicas, matemáticas, ingeniería (ingeniero/a técnico, arquitecto/a técnico...)

- Maestro/a- instructor/a nivel medio
- Miembro cuerpos de seguridad del estado (policía, guardia civil, bombero/a...)
- Empleado de oficina (administrativo/a, oficinista..)
- Auxiliar/ monitor/a (auxiliar de clínica, monitor/a deportivo...)
- Personal de hostelería
- Operario/a de artes mecánicas, de instalaciones, máquinas y montadores
- Miembro de servicio de seguridad y protección (celador/a, conserje, vigilante de seguridad...)
- Agricultor/a, trabajador/a agropecuario, pesquero
- Trabajador/a servicio de limpieza
- Personal servicio doméstico
- Amo/a de casa
- Estudiante

70-¿Qué edad tiene tu entrenador/a? _____

71-¿Percibe tu entrenador una cuantía económica por entrenarte? Señala la que corresponda

- Si
- No (Pasa a la pregunta nº 73)

72-¿Qué cuantía económica anual estimas que recibe? Señala la que corresponda

- Menos de 200 euros
- Entre 200-600 euros
- Entre 600-1000 euros
- Entre 1000-4000 euros
- Más de 4000 euros

73-En cuanto a la relación profesional con tu entrenador. Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones

74-En cuanto a la relación profesional con tu entrenador. Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Existe total confianza entre mi entrenador/a y yo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mi entrenador/a actual es mi actual pareja	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Tengo contacto diario con	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
mi entrenador/a				
Confío totalmente en las indicaciones de mi entrenador	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La relación con mi entrenador es inmejorable	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
La relación con mi entrenador no sobrepasa lo estrictamente profesional	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Nunca he desconfiado de mi entrenador en ningún aspecto	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

75-¿Te consideras manipulada de alguna manera ya sea profesional o personal por tu entrenador? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 77)

76-¿De qué manera te sientes manipulada? Indica lo que creas conveniente

77-¿Encuentras algún/os factor/es externo/s que dificulte/n tu relación con tu entrenador? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa la pregunta nº 79)

78-¿Qué tipo de factor/es externo/s dificulta/n tu relación con tu entrenador? Indica lo que creas conveniente

79-¿De qué forma te dirige tu entrenador el entrenamiento? Señala la que corresponda

-De forma presencial (todos los días que tengo que entrenar)

-De forma semipresencial (de forma on-line y presencial los días que tengo que entrenar)

-De forma on-line

80-¿Cuántos días a la semana entrenas habitualmente? _____

81-¿Cuántas horas entrenas habitualmente cada día? _____

82-¿Entrenas doble sesión diaria? _____

83-¿Cuántas carreras aproximadamente hiciste la última temporada? _____

84-¿Cuántas horas duermes habitualmente al día? _____

85-¿Las horas que duermes al día te permiten descansar lo suficiente? Señala la que corresponda

-Si

-No

86- De los deportes de los que consta el triatlón. Valora tu grado de rendimiento en cada uno de ellos.

	1-Malo	2-Regular	3-Bueno	4-Muy bueno
Natación	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ciclismo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Esquí de fondo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

VARIABLES TÉCNICO TÁCTICAS

87-¿Entrenas la técnica de tu deporte de forma específica?

-Si

-No (Pasa la pregunta nº 89)

88-¿Cómo entrenas la técnica sola o con las compañeras?

-Sola

-Con las compañeras

89-¿Cuántas sesiones a la semana entrenas de forma específica la técnica?

90-En las carreras; ¿Encuentras limitaciones técnicas?

-Si

-No (Pasa al pregunta nº 89)

91-¿Qué tipo de limitaciones técnicas encuentras? Indica lo que creas conveniente

92-¿Preparas la estrategia y planificas las carreras? Señala la que corresponda

-Si

-No

93-En las carreras; ¿Encuentras limitaciones tácticas? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº 95)

94-¿Qué tipo de limitaciones tácticas encuentras? Indica lo que creas conveniente

95-En cuanto a aspectos técnico-tácticos en carrera Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las afirmaciones

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
En general, el nivel técnico de las chicas es muy mejorable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En general, el nivel táctico de las chicas es muy mejorable	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
A nivel táctico las chicas somos demasiado imprevisibles en competición	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En el trabajo de equipo las chicas somos siempre una piña	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas del equipo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Existen demasiadas envidias y desencuentros entre las chicas en carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las triatletas se insultan y gritan en carrera	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Las triatletas son muy individualistas y no hacen caso del director si no les conviene	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ASPECTOS NUTRICIONALES

96-En el momento actual; ¿Sigues alguna dieta o régimen especial? Señala la que corresponda

- Si
- No

97- Contesta con un SÍ o NO a las siguientes preguntas sobre tus hábitos nutricionales

- ¿Desayunas? SI NO
- ¿Desayunas un lácteo? SI NO
- ¿Desayunas cereal o derivado (galletas, pan, pan tostado...) SI NO
- ¿Desayunas bollería industrial? SI NO
- ¿Tomas una fruta o zumo de frutas a diario? SI NO
- ¿Tomas una segunda fruta a diario? SI NO
- ¿Tomas un segundo lácteo a diario? SI NO
- ¿Tomas verdura fresca o cocida una vez al día? SI NO
- ¿Tomas verdura fresca o cocida más de una vez al día? SI NO
- ¿Tomas varias veces al día dulces o golosinas? SI NO
- ¿Te gustan las legumbres (garbanzos...)? SI NO
- ¿Tomas pasta o arroz casi a diario? (más de 3 veces a la semana) SI NO
- ¿Utilizas aceite de oliva en casa? SI NO
- ¿Acudes más de una vez a la semana a un fast-food? SI NO
- ¿Tomas bebidas alcohólicas al menos una vez a la semana? SI NO

-¿Utilizas o has utilizado actualmente algún suplemento dietético destinado a la mejora del rendimiento? SI NO

98- Contesta con un SÍ O NO a los siguientes interrogantes.

-¿Se podría decir que la comida domina tu vida? SI NO

-¿Crees que estás muy gorda aunque los demás te digan que estás muy delgada? SI NO

-¿Crees que has perdido el control sobre la cantidad de comida que digieres? SI NO

-¿Crees que has perdido más de 6 kg en los últimos 3 meses? SI NO

-¿Alguna vez te sientes enferma por haber comido demasiado o muy llena? SI NO

-¿Has utilizado algún medicamento destinado a la mejora del rendimiento deportivo? SI NO

99-A continuación te hacemos una serie de preguntas acerca del dopaje. Son opiniones así que no hay respuesta correcta o incorrecta. Sé sincera. Valora de 1 a 4 el grado de acuerdo con las siguientes afirmaciones

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Legalizar productos para mejorar el rendimiento sería beneficioso para el deportista	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Doparse en necesario para ser competitivo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Se exageran los riesgos relacionados con el dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las drogas recreacionales motivan a entrenar y competir al más alto nivel	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los deportistas no deberían sentirse culpables por saltarse las reglas y tomar fármacos para mejorar su rendimiento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los deportistas son presionados	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
para tomar fármacos que mejoren su rendimiento				
Los problemas de salud y las lesiones derivados del entrenamiento riguroso son tan perjudiciales como las repercusiones del dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los medios de comunicación exageran el asunto del dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los medios de comunicación deberían hablar menos del dopaje	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El dopaje es la única alternativa profesional de los deportistas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
los deportistas que toman drogas recreacionales lo hacen porque le ayudan en situaciones deportivas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Las drogas recreacionales ayudan a superar el aburrimiento durante los entrenamientos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
El dopaje es una parte inevitable del deporte competitivo	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Los deportistas suelen perder tiempo debido a lesiones y los fármacos pueden ayudarle a recuperar el tiempo perdido	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

	1-Nada de acuerdo	2-Algo de acuerdo	3-Muy de acuerdo	4-Totalmente de acuerdo
Doparse no es hacer trampas ya que todo el mundo lo hace	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sólo debería valorarse la calidad del rendimiento, no la manera en que los deportistas lo consiguen	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
No hay diferencias entre utilizar fármacos, formas aerodinámicas o bañadores especiales, ya que todos sirven para mejorar el rendimiento.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ASPECTOS DE SALUD

100-¿Con qué frecuencia acudes al médico? Señala la que corresponda

- Una vez a la semana
- Una vez al mes
- Varias veces al año
- Cuando lo necesito

101-¿Cuál es tu grado de satisfacción respecto al seguro de accidente deportivo de la FETRI? Señala la que corresponda

- Muy satisfecha
- Bastante satisfecha
- Regular
- Poco satisfecha
- Muy poco satisfecha
- Nunca lo he utilizado

102-En general; ¿Cómo te encuentras de salud? Señala la que corresponda

- Muy bien
- Bien
- Regular
- Mal
- Muy mal

103-En la actualidad; ¿Tienes dolores o molestias en alguna parte de tu cuerpo o padeces alguna enfermedad? Señala la que corresponda

-Si

-No (Pasa a la pregunta nº119)

104-¿Qué crees que han ocasionado estas molestias o enfermedad? Señala la/s que corresponda/n

-Mala planificación de las cargas de entrenamiento

-Incorrecto uso del material, medidas de la bicicleta

-Incorrecta realización de algún ejercicio específico del deporte

-Accidentes

-Factores genéticos

-NS/NC

-Otro: _____

APARTADO DE APORTACIONES Y SUGERENCIAS

A continuación te proponemos 3 preguntas que son optativas (no tienes que rellenarlas obligatoriamente); pero sí que a través de ellas puedes manifestar tus preocupaciones, sugerencias o temas que no se hayan tratado a lo largo del formulario y que creas que son de interés para mejorar la situación del triatlón femenino. ¡Agradeceremos mucho tus respuestas! ¡Gracias!

105-¿Qué es lo que más te preocupa como mujer triatleta? Indica lo que creas conveniente

106-¿Puedes aportar sugerencias concretas para mejorar algunas situaciones que se dan en el triatlón femenino? Indica lo que creas conveniente

107-Observaciones a realizar. Indica lo que creas conveniente

MUCHAS GRACIAS POR TU COLABORACIÓN

GUIÓN DE ENTREVISTA A CICLISTAS Y TRIATLETAS

BLOQUE A: AGENTES SOCIODEMOGRÁFICOS

- ¿Cuál es tu lugar de residencia?
- ¿Cuál es tu edad?
- ¿Cuál es tu estado civil?
- ¿A qué estatus socioeconómico dirías que perteneces?
- ¿Cuál es la profesión de tu padre y de tu madre?
- ¿Cuál es tu nivel de estudios?
- ¿Te dedicas profesionalmente al triatlón o lo compaginas con otra profesión? ¿Cuál?

BLOQUE B: INICIOS EN LA PRÁCTICA DEPORTIVA

- ¿A qué edad empezaste a practicar deporte?
- ¿A qué edad te iniciaste en el triatlón/ciclismo?
- Muchas triatletas/ciclistas proceden de algún deporte antes de iniciarse en el triatlón/ciclismo, en tu caso ¿provienes de algún deporte? ¿Puedes indicarme cuál?

BLOQUE C: AGENTES SOCIALIZADORES INFLUYENTES EN LA PRÁCTICA DEL TRIATLÓN/CICLISMO

- ¿Te influyó alguien para que comenzaras a practicar triatlón/ciclismo? En caso afirmativo, ¿Quién te influyó y de qué manera?
- ¿Algún miembro de tu familia ha estado involucrado en el triatlón/ciclismo, ya sea como deportista, entrenador, juez...?
- ¿Cómo consideras el apoyo de tu pareja?
- ¿Te ha apoyado tu entorno familiar en tus inicios competitivos y en la actualidad? ¿Cómo consideras el apoyo recibido? (VALORARLO DE 0-4)

BLOQUE D: CARÁCTER, AUTOESTIMA Y AUTOCONCEPCIÓN CORPORAL DE LA TRIATLETA/CICLISTA

- ¿Qué características crees que te definen como ciclista/triatleta?
- ¿Cómo crees que es el cuerpo ideal de una mujer?
- ¿Estás contenta con tu cuerpo? ¿Te cuidas mucho?
- ¿Te consideras una mujer femenina?

BLOQUE E: MOTIVACIONES INICIALES Y ACTUALES HACIA LA PRÁCTICA DEL TRIATLÓN

- ¿Por qué te iniciaste en el ciclismo/ triatlón?
- ¿Cuáles eran tus objetivos en el ciclismo/ triatlón cuando te iniciaste en él? ¿Y actualmente?
- ¿Cuáles son tus expectativas de futuro dentro del ciclismo/triatlón?
- ¿Qué significa para ti el ciclismo/triatlón?
- ¿Cuáles son tus mayores logros conseguidos en ciclismo/ triatlón? ¿Y dificultades?

BLOQUE F: CONCILIACIÓN VIDA FAMILIAR Y LABORAL

- ¿Crees que tus responsabilidades en el hogar, con la familia, los estudios o el trabajo, dificultan o han dificultado tu actividad competitiva? ¿Qué haces o has hecho para compaginarlas?
- ¿Has tenido que renunciar a muchas cosas para llegar al nivel dónde estás?
- ¿Te gustaría que tus hijos se dedicaran al ciclismo/ triatlón?

BLOQUE G: FACTORES SOCIOECONÓMICOS

- ¿Cómo te resulta económicamente la práctica del ciclismo/ triatlón? (0-nada costosa-4 totalmente costosa)
- ¿Qué tipo de becas deportivas has recibido o recibes para tu práctica competitiva?
- ¿Consideras que son suficientes las becas deportivas o los premios percibidos para el desempeño de tu actividad competitiva?

BLOQUE H: ASPECTOS DE ENTRENAMIENTO Y NUTRICIONALES DE LAS TRIATLETAS/CICLISTAS

- ¿Tienes entrenador? ¿Cómo calificarías la relación con tu entrenador?
- ¿Qué nivel de estudios tiene tu entrenador? ¿Se dedica profesionalmente al entrenamiento?
- ¿Encuentras algunos factores que dificulten la relación personal con tu entrenador? En caso afirmativo ¿De qué tipo?
- ¿Consideras que tu entrenamiento está totalmente adaptado a tus características e intereses personales? En caso negativo ¿Qué crees que le faltaría?
- ¿Cómo distribuyes tu entrenamiento a lo largo de la semana? ¿Cuántas horas entrenas al día? Y días a la semana?
- ¿Cuál es tu peso y altura?
- ¿Qué instalaciones deportivas utilizas habitualmente? ¿Te parecen suficientes?
- ¿Con quién entrenas habitualmente?
- ¿Cómo calificarías tu relación con el resto de ciclistas/triatletas del equipo?
- ¿Tienes algún tipo de lesión que dificulte tu rendimiento deportivo?
- ¿Qué pautas nutricionales sigues? ¿Tomas algún tipo de suplemento alimenticio?

BLOQUE I: MOTIVOS DE PERTENENCIA A UN EQUIPO Y PARTICIPACIÓN EN EL MISMO

- ¿Estás en un equipo de ciclismo/triatlón? ¿Cuáles son los motivos principales por los que estás en un equipo de ciclismo/triatlón?
- ¿Participas sólo como deportista u ocupas algún cargo directivo en el equipo de ciclismo/ triatlón al que perteneces?
- ¿Consideras que las decisiones de tu equipo de ciclismo/triatlón están orientadas de forma igualitaria a los intereses de las ciclistas/ triatletas y de los ciclistas/triatletas?

BLOQUE J: DISCRIMINACIÓN MACHISTA

- ¿Te has sentido o te sientes discriminada respecto a los ciclistas/triatletas?
- ¿Has sufrido algún tipo de acoso verbal u de otro tipo, por parte de tu entrenador, espectadores o personas vinculadas al mundo del ciclismo/triatlón?
- ¿Consideras que tienes que demostrar mayor nivel de exigencia para llegar al mismo reconocimiento que los ciclistas/triatletas en idéntico nivel y situación profesional?
- ¿Consideras que las ciclistas/triatletas tienen las mismas oportunidades que los ciclistas/triatletas?

BLOQUE K: POLÍTICA FEDERATIVA

- ¿Conoces la comisión de ciclismo/triatlón femenino de la RFEC/ FETRI?
- En caso afirmativo ¿Cómo consideras la labor de promoción del ciclismo/triatlón femenino desempeñada por esta comisión? (del 1 al 4)
- ¿Consideras que las ciclistas/triatletas estáis suficientemente representadas en la RFEC/ FETRI?
- ¿Crees que por parte de la federación se están haciendo cosas para que las mujeres se animen al ciclismo/triatlón?
- ¿Consideras importante que haya más mujeres en todos los sectores del ciclismo/triatlón como entrenadoras, técnicas..?
- A nivel organizativo; ¿Existen insuficiencias en las competiciones de ciclismo/triatlón a las que asistes con respecto a las competiciones masculinas en el territorio español? ¿Y en el extranjero?
- ¿Consideras que es insuficiente el número de pruebas femeninas en el calendario nacional de competiciones frente a las masculinas? ¿Cree que debería incrementarse el número de pruebas femeninas?

BLOQUE L: MEDIOS DE COMUNICACIÓN-RECONOCIMIENTO SOCIAL

- ¿Consideras que tus logros deportivos han sido reconocidos en el mundo del ciclismo/triatlón? ¿Y por la sociedad española?
- Respecto a los medios de comunicación, ¿te has sentido suficientemente representada por éstos?

BLOQUE M: PREGUNTAS DE DOPAJE

-A continuación te hacemos una serie de preguntas acerca del dopaje. Son opiniones así que no hay respuesta correcta o incorrecta. Califica del 1 al 6 cada afirmación según tu opinión siguiendo la siguiente escala.

1=totalmente en desacuerdo, 2=claramente en desacuerdo 3=algo en desacuerdo 4=algo de acuerdo, 5=de acuerdo, 6=totalmente de acuerdo

[Legalizar productos para mejorar el rendimiento sería beneficioso para el deportista]
[Doparse es necesario para ser competitivo]
[Se exageran los riesgos relacionados con el dopaje]
[Las drogas recreacionales motivan a entrenar y competir al más alto nivel]
Los deportistas no deberían sentirse culpables por saltarse las reglas y tomar fármacos para mejorar su rendimiento]
[Los deportistas son presionados para tomar fármacos que mejoren su rendimiento]
[Los problemas de salud y las lesiones derivadas del entrenamiento riguroso son tan perjudiciales como las repercusiones del dopaje]
[Los medios de comunicación exageran el asunto del dopaje]
Los medios de comunicación deberían hablar menos del dopaje]
[El dopaje es la única alternativa profesional de los deportistas]
[los deportistas que toman drogas recreacionales lo hacen porque le ayudan en situaciones deportivas]
[Las drogas recreacionales ayudan a superar el aburrimiento durante los entrenamientos]
El dopaje es una parte inevitable del deporte competitivo]
[Los deportistas suelen perder tiempo debido a lesiones y los fármacos pueden ayudarles a recuperar el tiempo perdido]
[Doparse no es hacer trampas ya que todo el mundo lo hace]
[Sólo debería valorarse la calidad del rendimiento, no la manera en que los deportistas lo consiguen]
[No hay diferencias entre utilizar fármacos, formas aerodinámicas o bañadores especiales, ya que todos sirven para mejorar el rendimiento]

BLOQUE N: SUGERENCIAS DE MEJORA

-¿Crees que se debería mejorar el triatlón femenino? ¿Sobre qué asuntos sería importante intervenir para mejorarlo?

GUIÓN DE ENTREVISTA A PERSONAL FEDERATIVO DE LA REAL FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE CICLISMO (RFEC) Y FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE TRIATLÓN (FETRI)

BLOQUE A: ASPECTOS INTRODUCTORIOS

- ¿En qué consiste su trabajo en la RFEC/FETRI?
- ¿Puede indicarme cuáles son actualmente las líneas estratégicas fundamentales de la Comisión Mujer y Deporte de la RFEC/FETRI para promocionar el ciclismo/triatlón en la mujer?
- ¿Cómo considera la función de esta comisión desde sus inicios? ¿Qué logros importantes se han conseguido?
- ¿Existen algunas barreras económicas, sociales (internas de la propia RFEC/ FETRI o externas) que dificulten el desarrollo de las actividades propuestas por esta comisión? ¿Cuáles?

BLOQUE B: POLÍTICAS DE CONCILIACIÓN DE LA VIDA FAMILIAR-LABORAL

- Algunas ciclistas/ triatletas en estudios realizados, manifiestan que las responsabilidades del hogar y con la familia (cuidado de los hijos) dificultan su dedicación al ciclismo/triatlón, además existen muchos casos en los que las mujeres deportistas se sienten discriminadas cuando se quedan embarazadas o son madres ¿Está llevando a cabo la federación algunas políticas de conciliación de la vida familiar, laboral y personal de las madres ciclistas para facilitar su participación en las competiciones?

BLOQUE C: ASPECTOS SOCIOECONÓMICOS

- ¿Estima que los ingresos derivados de becas, premios, percibidos por las triatletas son iguales a los percibidos por los triatletas en idéntico nivel o situación profesional?

BLOQUE D: ASPECTOS DE DISCRIMINACIÓN SEXUAL

- ¿Cree que las triatletas en sus inicios o a lo largo de su carrera profesional tienen que hacer frente a alguna/s barrera/s por el hecho de ser mujer dificulten su progresión dentro del triatlón?
- ¿Puede ser un triatleta profesional de su deporte y vivir de él aquí en España? ¿Y en el extranjero? ¿Qué opina de la legislación en materia deportiva vigente?
- ¿Considera que las triatletas tienen que demostrar mayor nivel de exigencia para llegar al mismo reconocimiento que los triatletas?
- ¿Considera que existen insuficiencias organizativas en las carreras o competiciones de las triatletas frente a las de los triatletas?

-¿Existe insuficiente número de pruebas femeninas en el calendario nacional de competiciones frente a las masculinas? ¿Cree que debería incrementarse el número de pruebas femeninas? En caso de que sí ¿Qué tipo de pruebas deberían incluirse en el calendario nacional?

-Estudios científicos recientes a nivel internacional en mujeres deportistas muestran la violencia y el acoso sexual como uno de los problemas que están sufriendo las deportistas a todos los niveles de práctica deportiva ¿Se tiene constancia por parte de la RFEC/FETRI de posibles casos en relación a este asunto? En caso afirmativo, ¿Se están realizando las medidas oportunas al respecto?

BLOQUE D: ASPECTOS DE POLÍTICA DEPORTIVA

-¿Cómo considera la situación actual de la ciclista/triatleta española en el deporte español de competición? ¿Y con respecto a otros países?

-¿En qué medida cree que está reconocida la labor de las ciclistas/triatletas en la sociedad? (muy poco, poco, suficiente, bastante, mucho)

-¿Considera importante la presencia de las mujeres en los órganos directivos de las organizaciones deportivas?

-¿Considera que las mujeres están suficientemente representadas en los puestos directivos de la RFEC/FETRI? ¿Qué medidas en su opinión cree que deben tomarse para incrementar el número de mujeres en los puestos de decisión?

-Considera necesario que se creen más órganos específicos con perspectiva de género como la “Comisión de Mujer y Deporte” de la RFEC/FETRI o grupos de trabajo en las federaciones territoriales de ciclismo/triatlón y demás organismos deportivos ¿Por qué?

-Estudios recientes muestran que el número de técnicas de ciclismo/triatlón es muy reducido en comparación al número de técnicos o directores ¿Está tomando la federación algunas medidas para promocionar entre las mujeres el entrenamiento deportivo la dirección de equipo como salida profesional?

-¿Qué opina del lenguaje sexista en el deporte? ¿Se da con frecuencia en la RFEC/FETRI?, ¿Qué cree que se debe hacer para combatirlo?

-¿Considera que las deportistas están suficientemente representadas en los medios de comunicación? ¿Y en el portal web o imágenes de la RFEC/FETRI? ¿Qué medidas deben realizarse para incrementar su presencia en los medios de comunicación?

- La investigación sobre el ciclismo/triatlón femenino es escasa en todos los ámbitos (entrenamiento, nutrición, aspectos sociodemográficos de las triatletas...) ¿Está llevando a cabo la RFEC/FETRI algún tipo de acción para promover la investigación sobre esta temática? ¿Puede indicarme cuál/cuáles?



GUIÓN DE ENTREVISTA A PROTAGONISTAS CLAVE RELACIONADOS CON LA DEPORTISTA ESPAÑOLA EN EL DEPORTE ESPAÑOL DE COMPETICIÓN

BLOQUE A: ASPECTOS DE POLÍTICA DEPORTIVA Y MARCO NORMATIVO

- ¿Cómo considera la situación actual de la mujer española en el deporte de competición? ¿Y con respecto a otros países?
- En líneas generales ¿Cómo considera la actual Ley del deporte de 1990 en referencia al deporte femenino? ¿Deberían de tomarse medidas adicionales?
- ¿Considera que es necesaria la profesionalización del deporte femenino para igualar en condiciones a los hombres? ¿Cómo puede sustentarse en algunos deportes más minoritarios?
- ¿Qué balance puede hacerme de la reciente aprobada ley de Igualdad de 1997? ¿Se ha mejorado el deporte femenino? ¿Son necesarias más actuaciones?
- ¿Cómo considera que se está trabajando desde las federaciones y demás organismos deportivos respecto a la igualdad entre mujeres y hombres?
- ¿Considera importante la presencia de las mujeres en los órganos directivos de las organizaciones deportivas para mejorar el deporte practicado por las deportistas?
- ¿Considera que el personal directivo actual de las organizaciones deportivas tiene formación y visión relacionada con la perspectiva de género?
- ¿Considera necesario que se creen más órganos específicos con perspectiva de género como la “Comisión de Mujer y Deporte” en las federaciones y demás organismos deportivos en los que la mujer está infrarrepresentada? ¿Qué características y funciones deberían cumplir?

BLOQUE B: ASPECTOS DE DISCRIMINACIÓN SEXUAL/ ACOSO SEXUAL

- ¿Considera que las deportistas en los inicios y a lo largo de su carrera profesional tienen que hacer frente a alguna/s barrera/as que por el hecho de ser mujer dificultan el desarrollo de su actividad deportiva?
- ¿Tienen que demostrar mayor nivel de exigencia para llegar al mismo reconocimiento que los hombres?
- ¿En qué medida cree que está reconocida la labor de las deportistas en la sociedad? (nada, muy poco, poco, suficiente, bastante, mucho)?
- Estudios científicos recientes a nivel internacional en mujeres deportistas muestran la violencia y el acoso sexual como uno de los problemas que están sufriendo las deportistas a todos los niveles de práctica deportiva ¿Cree que se está abordando este asunto por parte de los organismos deportivos?

BLOQUE C: ASPECTOS SOCIOECONÓMICOS

-¿Estima que los ingresos derivados de becas, premios percibidos por las deportistas son iguales a los percibidos por los deportistas en idéntico nivel o situación profesional?

BLOQUE D: MEDIOS DE COMUNICACIÓN Y LENGUAJE SEXISTA

-¿Qué opina del lenguaje sexista en el deporte? ¿Qué supondría la implantación de un lenguaje más inclusivo, mejoraría la situación de la mujer en el deporte?

-¿Qué opina de la presencia y el trato que reciben las deportistas en los medios de comunicación?

Actualmente, ¿Cómo considera la investigación relacionada con la mujer y el deporte?

¿Sobre qué áreas sería necesario investigarse?



XIII Congreso Internacional de la Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte (AEISAD)

Valencia del 25 al 27 de septiembre de 2014

certifica que

M^a TERESA LERUITE CABRERA

ha presentado la comunicación:

Análisis de la evolución sociocultural del ciclismo femenino español

Autres: M^a Teresa Leruite Cabrera, Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España), Pilar Martos Fernández, Profesora Doctora. Titular de Universidad. Departamento de Sociología. Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Granada, Mikel Zabala Díaz, Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. > Universidad de Granada (España)

Sesiones paralelas en el:

XIII Congreso Internacional de la Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte (AEISAD)
XIII International Conference of the Spanish Association of Social Research Applied to Sport (AEISAD)

La asistencia al congreso está reconocida con 2 créditos de libre opción por la Universitat de València.

Valencia, del 25 al 27 de septiembre, 2014



Análisis de la evolución sociocultural del ciclismo femenino español

Autores: M^{re} Teresa Iruite Cabrera, Pilar Martos Fernández, Mikel Zabala Díaz

Resumen

Las deportistas españolas han tenido que superar durante décadas el retraso social y cultural acumulado con respecto a otros países europeos y luchar contra los estereotipos asociados al género. Esta lucha se acentúa en el caso de deportes considerados tradicionalmente "masculinos", donde se refuerza el paternalismo y los arquetipos de dominio agresividad y fuerza. El ciclismo español es un claro ejemplo de ello. En este artículo se analiza cómo las ciclistas españolas tuvieron que superar los principios higiénico morales del siglo XIX que les vetaba su participación deportiva y la etapa franquista donde su papel estaba supeditado a una ejercitación física sujeta a la sección femenina del franquismo que instaba a no romper con los estereotipos asociados a feminidad y alejaban a la mujer de su cometido como madre y esposa; siendo a partir de 1977 cuando empiezan a competir oficialmente las primeras ciclistas. Sin embargo, actualmente a pesar de la evolución social y cultural de las deportistas españolas es inédito cómo el ciclismo femenino español de competición sigue estando infrarrepresentado e infravalorado en la sociedad española ya que es nula la participación de las mujeres en los órganos de administración de la Real Federación Española de Ciclismo, el escaso número de licencias federativas en comparación con las licencias masculinas de ciclismo y la inexistencia de equipos femeninos españoles que puedan considerarse profesionales.

Abstract

For decades, Spanish sportswomen had to overcome cumulated social and cultural backwardness and fight against gender stereotypes. This fight is accentuated in the cases of traditionally male sports, such as combat or resistance sports in which paternalism and masculine ideals of control, aggressiveness, and strength are dominant. The Spanish cycling is an example. This article discusses how the Spanish females cyclists had to overcome in the early nineteenth century the hygienic and moral principles that vetoed their sport participation. Franco Regimen's Sección Femenina banned all the sports which break stereotypes associated with femininity and kept women away from their main interest of being good mothers and wives. It was in 1977 when the first women racing cyclists started officially. However, in spite of social and cultural development of the Spanish sportswomen, the Spanish female cycling is underrepresented and undervalued in Spanish society. The percentage of female license is scarcely compared to the percentage of men's, there is no female representation in the governing bodies of the Spanish Cycling Federation and there is no Spanish female professional cycling teams.



XIII Congreso Internacional de la Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte (AEISAD)

Valencia del 25 al 27 de septiembre de 2014

certifica que

M^a TERESA LERUITE CABRERA

ha presentado la comunicación:

Factores psicosociales de los entrenadores de ciclismo y triatlón desde el punto de vista de las ciclistas y triatlétas españolas

Autores: 1M^a Teresa leruite Cabrera, 2 Pilar Martos Fernández; 3Mikel Zabala Díaz 1Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y Deporte. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mayteleruite@ugr.es 2 Profesora Doctora. Titular de Universidad. Departamento de Sociología. Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Granada. pmartos@ugr.es 3 Profesor Doctor. Contratado Doctor de Universidad. Departamento de Educación Física y Deportiva. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Granada (España). mikelz@ugr.es.

Sesiones paralelas en el:

XIII Congreso Internacional de la Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte (AEISAD)
XIII International Conference of the Spanish Association of Social Research Applied to Sport (AEISAD)

La asistencia al congreso está reconocida con 2 créditos de libre opción por la Universitat de València.

Valencia, del 25 al 27 de septiembre, 2014



Factores psicosociales de los entrenadores de ciclismo y triatlón desde el punto de vista de las ciclistas y triatletas españolas

M^a Teresa Iruite Cabrera, Pilar Martos Fernández; Mikel Zabala Díaz

Resumen

El contexto específico de entrenamiento en el que se desenvuelven las triatletas y ciclistas españolas apenas ha sido estudiado y sin embargo puede estar ejerciendo una gran influencia sobre su microsistema deportivo. El objetivo del presente estudio fue determinar de manera exhaustiva el perfil sociodemográfico del entrenador, la relación profesional de las deportistas respecto a sus entrenadores y qué cualidades atribuibles a un buen entrenador son las mejor valoradas por los propias deportistas. En este estudio participaron 80 ciclistas (28 años \pm 9.4) de 14 federaciones españolas de ciclismo y 126 triatletas (30 años \pm 8) de 16 federaciones territoriales de triatlón. El instrumento utilizado fue la encuesta semiestructurada. Los resultados muestran que la mayoría de los entrenadores de ambos deportes son hombres (90%), existiendo diferencias estadísticamente significativas entre los entrenadores de ciclismo y de triatlón referentes al nivel académico y profesión ejercida, siendo la mayoría de los entrenadores de triatlón licenciados en EF y especialistas en la modalidad deportiva, mientras que los entrenadores de ciclismo tienen estudios primarios y cursos a nivel federativo. Tanto ciclistas como triatletas refieren una relación muy positiva con sus entrenadores, destacando sus buenas aptitudes (capacidad de liderazgo, visión táctica/planteamiento en carrera y comportamiento con las deportistas). No se encontraron factores externos significativos como la discriminación por razón de género que dificultaran la relación profesional deportista-entrenador.

Abstract

Not much attention has been paid to the specific sporting context of the Spanish females competitive cyclists and triathletes, however this one could be influencing the sport microsystem. The sociodemographic profile of the coach, the professional relationship of the athletes and their coaches and the number of qualities associated with a successful coaching considering for the athletes were valued. 80 cyclists (28 years old \pm 9.4 years) from 14 territorial cycling federations and 126 triathletes (30 years old \pm 8 years) from 16 territorial triathlon federations took part in this descriptive study. The instrument used was the semistructured questionnaire. The data shows that most of the coaches of both sports are men (90%), with differences between groups statistically significant in educational level and profession exercised. The majority of triathlon coaches have a high level of education (degree in physical education), while cycling coaches have primary education and coaching courses from federative level. Cyclists and triathletes report a very positive relationship with their coaches, highlighting their good condition attitudes coaching (leadership, tactics/ approach view race and behavior attitude with athletes). No significant external factors such as discrimination based on gender found that hamper the professional athlete-coach relationship.

Conferencias Gala del Ciclismo Andaluz

10 de Diciembre de 2011

Jasa García de Viedma y Museo etnográfico,
c/ Plaza Aurora s/n, Armilla (Granada)

Ponentes

- Manuel Vallez Tera
Presidente de la Comisión de Seguridad Vial
- Mikel Zabala Díaz
Dr. en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte
- Belinda Pérez Barba
Presidenta de la Comisión de Ciclismo Femenino
- M^o Teresa Leruite Cabrera
Doctoranda sobre Ciclismo y Triatlón femenino en España



Excmo. AYUNTAMIENTO DE ARMILLA
Área de Deportes



www.andaluciacyciclismo.com

a las 16,00h.

Bienvenido

de 16,15h. a 17,00h.

Ciclismo y seguridad vial

D. Manuel Vallez Tera

de 17,00h. a 17,45h.

Tecnología y metodología de trabajo para

el ciclista 2.0

Dr. Mikel Zabala Díaz

de 18,00h. a 18,45h.

¿Cómo entrenamos? Puesta en común entre
entrenadores y ciclistas

Moderado por Dr. Mikel Zabala Díaz

de 19,00h. a 20,00h.

El ciclismo femenino en Andalucía. Una
puesta en común

Dr^a. Belinda Pérez Barba

D^o M^o Teresa Leruite Cabrera

INSCRIPCIÓN

INSCRIPCIÓN: Gratuita. A través de la RFEC (maritere@rfec.com) o de la FETRI (comisionmujerydeporte@triatlon.org) adjuntando datos personales:
NOMBRE, APELLIDOS, DNI, email y TELÉFONO

SE ENTREGARÁ UN CERTIFICADO A LAS PERSONAS ASISTENTES



RECONOCIMIENTO AL MÉRITO DEPORTIVO Y CONTRIBUCIONES DE:

ANA BURGOS
ROSA BRAVO
JOSÉ A. ESCUREDO
ALBERTO GARCÍA BATALLER

FECHA Y HORARIO

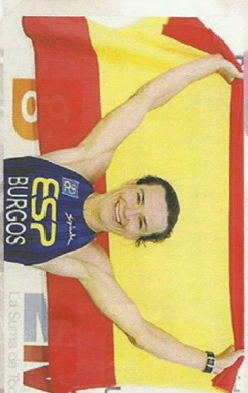
SÁBADO 17 DE DICIEMBRE DE 2011
DE 10:00 A 14:00 Y DE 16:00 A 20:00



JORNADAS NACIONALES DE CICLISMO Y TRIATLÓN: VALORES, IGUALDAD Y FAIR PLAY

AUDITORIO JUAN A. SAMARANCH
CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES
(C/ Martín Fierro 5, Madrid)

SÁBADO 17 DE DICIEMBRE DE 2011



PRESENCIA
DEL GOBIERNO



Comité
Superior de
Deportes

MID



INTRODUCCIÓN

Estas Jornadas Nacionales surgen con el objetivo de buscar sinergias comunes entre dos deportes con unas características similares. Ciclismo y Triatlón se unen para analizar su papel en el ámbito nacional, y buscar caminos comunes para fomentar la participación de las mujeres. Bajo el título de "Valores, Igualdad y Fair Play", buscamos aunar esfuerzos para que nuestros deportes crezcan y sirvan de ejemplo de igualdad y de valores.

OBJETIVOS DE LAS JORNADAS

Se pretende analizar la situación actual de ambos deportes a nivel nacional desde la perspectiva coeducativa y formativa para así poder establecer posibles mejoras específicas desde las personas participantes, personal organizador, árbitros/as, personal técnico, federaciones territoriales y nacionales.



PROGRAMA DE LAS JORNADAS

9:30-10:00 INAUGURACIÓN JORNADAS

D^a Marisol Casado – Presidenta de la Federación Internacional de Triatlón y Miembro del COI
D. Juan Carlos Castaño – Presidente de la RFEC
D. José Hidalgo – Presidente de la FETRI
D^a Siviña Ferro – Directora de Programas Mujer y Deporte del CSD

10:00-10:30 RECONOCIMIENTO CICLISTAS/TRIATLETAS DESTACADOS. PREMIOS "CICLISTA Y TRIATLETA DE ORO 2011"

Ana Burgos – Triatleta de referencia a nivel nacional e internacional.
Rosa Bravo – Referente y ejemplo nacional en diferentes disciplinas ciclistas.
José Antonio Escuredo – Ciclista medallista olímpico y referencia con los y las jóvenes ciclistas del equipo nacional de pista.
Alberto García Bataller – Entrenador en Triatlón Femenino y profesor INEF de Madrid.

10:30- 11:30 LA MUJER CICLISTA VS LA MUJER TRIATLETA EN ESPAÑA. SITUACIÓN ACTUAL. Mayte Lenuite (Universidad de Granada)

11:30-12:00 DESCANSO

12:00-13:00 EL ENTRENAMIENTO EN MUJERES. Alberto García Bataller (INEF Madrid)

13:00-14:00 FORMACIÓN Y COEDUCACIÓN EN LAS ESCUELAS DE CICLISMO Y TRIATLÓN

Israel González (Escuelas de ciclismo RFEC)
Angel Aguado (Escuela Triatlón EcoSport Alto bendas)

14:00 – 16:00 COMIDA

16:00-17:00 CICLISMO ADAPTADO Y PARATRIATLÓN. ESCUELAS DE VALORES

Félix Garcia Casas. Seleccionador Nacional de Ciclismo Adaptado RFEC
Cristina Azaña Moreno. Responsable del Paratriatlón en la FETRI

17:00-18:00 LA FORMACIÓN INTEGRAL DEPORTISTA. FAIR PLAY Y EL PROBLEMA DEL DOPAJE. Mikel Zabala (Técnico RFEC)

18:00-18:30 DESCANSO

19:00 a 20:00 MESA REDONDA DEPORTISTAS Y TÉCNICOS

Ana Burgos Acuña (Triatleta-Ciclista)
Josefa Benitez (Tándem)
Mayalen Noriega (Tándem y Triatlón)
Susana Rodríguez (Paratriatleta)
Ramón González Arrieta (Seleccionador nacional ciclismo Femenino)
Alberto García Bataller (Técnico Triatlón)

20:00 CLAUSURA DE LAS JORNADAS



Bike Girls: ¡PON UNA BICI EN TU VIDA!

Para todas las chicas... ¡poned una bici en vuestras vidas!

El ciclismo y sobretodo el Mountain Bike es un deporte de testosterona. Una frase muy machista, pero hoy en día la realidad. Hay muy pocas chicas que practican, y muchas menos que practican alguna modalidad competitiva de este deporte ¿Por qué?

Los últimos años ha habido un cambio en el sector del ciclismo; las marcas, las revistas y las tiendas entre otros, han abierto los ojos por el mercado femenino. A nivel negocio hay un gran potencial en captar clientes entre nosotras, llegar a un segmento de mercado fresco y virgen ¡prácticamente sin explotar! Las marcas principales han empezado hace tiempo a desarrollar material específico para mujeres, la prensa especializada nos está ofreciendo un hueco ya que cada vez hay más revistas que apuestan por una sección femenina y muchas tiendas han creado su propia esquina femenina dentro de su local. Entonces... ¿Por qué las ventas y la participación femenina no sube proporcionalmente con este desarrollo? ¿Dónde falla esta cadena?

Si miramos dentro de las instalaciones de Fitness hay un gran número de chicas que practican ciclismo indoor, las mismas chicas que hace unos años se negaban a entrar por el miedo de ganancia de masa muscular o con el argumento de que “es una actividad demasiado dura para mí”. Ahora se ve como estas mismas chicas invierten cada vez más en material específico y no se saltan ni una clase con su instructor preferido. ¿Cómo podemos acercar nuestro deporte a todas estas chicas?



Kristine Nørgård & Sally Bigham en Andalucía Bike Race 2011: las dos compiten a un nivel muy alto, pero más importante... ¡disfrutan de su deporte!

A nivel federativo y también desde los clubes están surgiendo iniciativas; se están creando grupos administrativos trabajando por la igualdad entre sexos, sobretodo a nivel competición y fomentación de la base, no solo luchan por la igualdad sino ¡en muchas ocasiones discriminación positiva hacia nosotras! Más clubes organizan quedadas, salidas, marchas u otro tipo de actividades como talleres mecánicos exclusivamente para nosotras. Aún así las marcas nos cuentan cómo las ventas de productos específicos están fallando, sus expectativas de venta no se cumplen, ni tampoco se está viendo un aumento importante en la participación femenina en las competiciones o en las marchas cicloturista.

Hace unos meses me llegó una invitación para participar en un estudio realizado por El

Consejo Superior de Deportes a través de la Comisión de Ciclismo Femenino de la RFEC y la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad de Granada, siendo Mayte Leruite la responsable del proyecto. El objetivo del dicho estudio era conocer la realidad sociológica de las ciclistas y triatletas españolas mediante el estudio de su entorno próximo (comportamiento deportivo, actitudes, opiniones y problemas sociales con el objetivo de establecer pautas de actuación que mejoren su situación en el deporte de competición. 78 ciclistas y 126 triatletas federadas de todo el territorio nacional participó en el estudio.

Entre las conclusiones del estudio se encuentra un perfil típico de la ciclista federada; se ha iniciado en el ciclismo a edad temprana, tiene estudios universitarios/estudios secundarios de bachiller y trabaja a tiempo completo y/o estudia. Normalmente recibe una influencia y apoyo familiar alto y su nivel de implicación es la de competidora no profesional. Su motivación principal de pertenecer a un equipo es la relación deportiva con compañeros aunque en muchas ocasiones sienten discriminación y desigualdad respecto a los ciclistas masculinos.

Basado en los resultados del estudio, los autores ofrecen varias recomendaciones generales a todos los organismos interesados e involucrados en fomentar el ciclismo femenino; incrementar el número de mujeres en los consejos de dirección y puestos directivos además de, y quizás más importante, aumentar su voz en la toma de decisiones. También se pide realización de jornadas dirigidas a entrenadoras, directoras técnicas y resto de personal femenino federativo y promoción de la investigación y asesoramiento sobre entrenamiento dirigido a la mujer ciclista tanto como programas de promoción de ciclismo escolar.

Estas son sólo algunas de las conclusiones que se han sacado del estudio, pero con una difusión amplia la esperanza es que ésta información pueda servir en el trabajo estratégico para fomentar el ciclismo femenino. Lo más importante es disfrutar del deporte y compartirlo con todas vuestras amigas. Igual de importante es animar a todas las que todavía desconoce la satisfacción y alegría que puede ofrecer el Mountain Bike a través de todas sus modalidades competitivas,– empezando a un nivel recreativo.

Busca más información e inspiración en:

Mujeres & Ciclismo

Redacción: Sik Viktoria Johansen

PERFIL SOCIOLÓGICO DE LAS CICLISTAS Y TRIATLETAS FEDERADAS A NIVEL NACIONAL

RESULTADOS

Un ciclista que gana es todo un campeón, en cambio parece que cuesta reconocer las victorias de las féminas ya que somos muy pocas (respecto a mi disciplina) y parece que regalan las carreras (reconozco que somos pocas) pero también hay que ver que nosotras también sufrimos, aunque seamos 3 o no tengamos nivel... Si no nos apoyan menos habrá

Porque los hombres tienen mejores recorridos en competición y reciben mejores premios

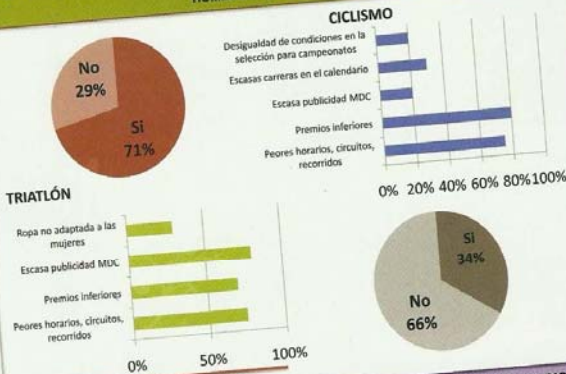
Hay veces que no hacen categorías iguales para chicos que para chicas y tenemos que competir las de 42 contra las de 20. Y hay veces que dan premio al primer clasificado de veterana masculina y NO hay para la primera clasificada veterana femenina (aunque seamos pocas hay que llegar) Me pareció fatal pues después de 5.10h de carrera y que solo llegamos a 4, pues era una prueba extrema, no hubo premio para la única veterana que llegó, y si hubo para el 1º clasificado veterano masculino. **eso no puede concebirse!!**

Leruite MT, Zabala M, Martos P, Girela, MJ

PERFIL SOCIOLÓGICO DE LAS CICLISTAS Y TRIATLETAS FEDERADAS A NIVEL NACIONAL

¿CREEES QUE LAS CICLISTAS/TRIATLETAS ESTÁIS DISCRIMINADAS RESPECTO A LOS HOMBRES? ¿POR QUÉ?

RESULTADOS



Leruite MT, Zabala M, Martos P, Girela, MJ

PERFIL DE LA CICLISTA

CONCLUSIONES

- Iniciación en el ciclismo temprana
- Estudios universitarios/ estudios secundarios de bachiller
- Trabajo a tiempo completo/ estudiante
- Nivel económico medio
- Convivencia familiar (pareja/ cónyuge o padres)
- Influencia y apoyo familiar alto
- Nivel de implicación competidora no profesional
- Motivos principales de pertenencia al equipo: convivencia- relación deportiva con compañeros
- Opinión a favor de la falta de refuerzo y reconocimiento social de su labor como deportista
- Sentimiento de discriminación y desigualdad respecto a los ciclistas
- Alto nivel de preocupación por la situación de la ciclista en el contexto actual competitivo

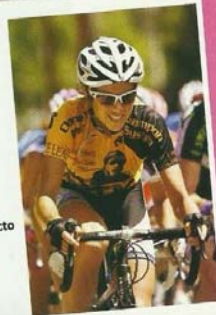
"EL CONTEXTO DE ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN DE LA MUJER EN EL CICLISMO"

PRIMEROS RESULTADOS

En Planeta Femenino ya os hemos hablado de este estudio (número 22 y 24), y ahora tenemos el placer de daros algunos resultados. Mayte Leruite, responsable del estudio "El contexto de entrenamiento y competición de la mujer en el ciclismo" nos ha hecho llegar los primeros resultados en una presentación en pdf muy interesante y elaborada, trabajo que ya presentó en las "Jornadas Nacionales de Ciclismo: escuelas de ciclismo y ciclismo femenino competitivo" que tuvieron lugar el pasado 11 y 12 de diciembre. Como ya os hemos contado el objetivo de este estudio es mejorar el ciclismo femenino, ya sea de competición o no, y aportar las pistas necesarias para que el cambio sea efectivo.

En los próximos meses iremos dando pinceladas de este excepcional trabajo, pero si quieres saber más "pincha" en www.planetamtb.es

LETAS FEDERADAS



AGRADECIMIENTOS

Me gustaría nombrar en este apartado a aquellas personas que con su apreciada ayuda y sabio consejo me han llevado a la consecución de esta Tesis Doctoral.

En primer lugar agradecerle a mi madre su apoyo incondicional en todo este largo proceso y por ser un referente hacia mí como mujer luchadora, independiente, tenaz, inteligente y que siempre ha creído en la igualdad y en el empoderamiento de la mujer en todos los ámbitos. Conseguirás los logros que te propongas en educar a los alumnos/as en la ardua pero gratificante tarea de crear una sociedad más igualitaria. Las dos sabemos que la violencia de género no se erradica si no es con una educación desde la escuela.

Pepe, has sido para mí un apoyo fundamental en este proyecto, en los momentos malos y buenos y esta tesis es también tuya, sin ti no hubiera sido posible. Contigo he experimentando la gratificante sorpresa de saber que hay hombres que son tan o más feministas que algunas mujeres, y que sin vosotros esta sociedad no cambiaría, porque en palabras de la pensadora y filósofa francesa Simone de Beauvoir "El feminismo es una forma de vivir individualmente y de luchar colectivamente".

A ti Mikel, compañero, por tu inteligencia, tu buen hacer y tu confianza depositada en mí. Has sido un verdadero camarada y siempre te estaré muy agradecida por toda tu dedicación prestada. Tus alumnos pueden estar al igual que yo muy orgullosos de tenerte como docente. Confío en que juntos podamos de nuevo sacar proyectos interesantes a la luz.

Pilar, gracias por tu aprecio, cercanía, amistad y consideración. Gracias a ti he pasado muy buenos momentos durante este trayecto.

Como no citar a Elfin, mi amigo holandés que supo apreciar el valor que suponía este trabajo para las deportistas españolas y quiso financiarlo económicamente de forma desinteresada. Y a los excelentes profesores Carmen Trigueros, Enrique Rivera y David Isso que en momentos de apuros me prestaron su ayuda. Gracias a personas como ellos "la apreciación desinteresada del reino de las cosas hará que el mundo que te rodea cobre vida de un modo que ni siquiera puedes comprender con la mente" (Eckhart Tolle).

Con inmensurable aprecio tanto a mis compañeros de trabajo de tesis: Jaime, Cristóbal, Alberto y Jimmy como a mis amigos Rosmari, Ramón, Laura, Pepe y Modesto quienes con su amistad me motivaron al término de esta Tesis. Mi agradecimiento a ambas federaciones españolas de ciclismo y triatlón, en especial a la Real Federación Española

de Ciclismo que a través de medios humanos y materiales, financió esta investigación y le dio difusión a través de las diversas jornadas de ciclismo femenino organizadas en el transcurso de esta tesis. Para finalizar mi más sensible aprecio y gratitud a todos/as los entrevistados que con su colaboración y compromiso social en el desarrollo de esta tesis doctoral me han enseñado que hay personas muy involucradas, preparadas y serviciales dispuestas a sacrificar su tiempo para ayudar a los demás y crear una sociedad más justa y equitativa.

A vosotras compañeras ciclistas y triatletas porque habéis sido durante este duro proceso mi estimulación diaria, incluso en los momentos duros que he pasado durante el transcurso de este trabajo. He luchado y lucharé con vosotras para que se nos reconozca nuestra valía como deportistas y nuestros derechos que deben ser los mismos que los de nuestros compañeros ciclistas y triatletas. Nunca os menospreciéis, os abatáis y no ceséis en el dificultoso y tortuoso camino hacia la IGUALDAD, finalmente sucumbiremos en un mundo lleno de oportunidades para nosotras y las pequeñas deportistas que nos precedan. A todas vosotras, con ternura, sabéis quiénes sois aunque no os nombre.

MUCHAS GRACIAS

