

INTRODUCCIÓN

El libro *Educación corporal y salud: Gestación, infancia y adolescencia*, se presenta bajo la mirada de un pensamiento complejo que comprende al ser que trasciende en lo relacional creando diversas dimensiones del conocimiento, por ello, nos preguntamos sobre el cuerpo en el cual se instalan el dolor, el cansancio, la tristeza, el disfrute y el goce, un cuerpo que es vivido en la subjetividad del ser, desplazando al cuerpo, objeto del dualismo y la visión mecanicista, el cuerpo como conglomerado de elementos, cuerpo que no tiene que ver con la explicación de la realidad humana. Nos hacemos la pregunta de la salud desde una visión del cuerpo que cuestiona el modo de ser en el mundo y abre las posibilidades de pensar al ser desde la vivencia, desde la concepción del cuerpo vivido, permitiendo así, ver al hombre como un ser de situación, distinguiendo a la corporalidad como un factor esencial de la realidad humana.

En esta labor el texto emprende el viaje en la presentación con el título, “La Educación Física para la salud” en el que se plantean los paradigmas sobre los procesos de salud enfermedad y sus consecuencias para la educación a cargo de Julia Adriana Castro Carvajal, continuando con el planteamiento de José Devís Devís, “La Educación Física escolar y la promoción de la actividad física y la salud”, quien resalta el protagonismo de la Educación Física en la promoción de la salud desde una postura holística.

Seguidamente el texto abre la puerta al ciclo vital a través del escrito de Carmen Escallón “De la oruga a la mariposa”, un hermoso recorrido por el camino de vida del ser humano de la sombra hablada hasta la adolescencia, iniciando con la oruga y la serie de huellas que se marcan en la historia desde la gestación, invitando a la reflexión del ser humano no sólo desde la relación parental sino desde su historia, con su nacimiento y los posteriores cambios productos del contacto con la vida, hasta llegar a la mariposa, quien asume la libertad de su accionar por el mundo.

Continuamos el viaje por cuatro textos que nos invitan a la reflexión de la mujer gestante y su entorno, escritos que analizan desde una mirada

compleja el asunto de la salud en la madre y su bebé, iniciando con el escrito de Rubén Omar Barakat Carballo, quien presenta una propuesta de “ejercicio durante el embarazo, programas de actividad física en gestantes” analizando las modificaciones anatómicas y fisiológicas que la gestación y las respuestas de los diferentes sistemas ante el ejercicio físico y la relación entre éste y los resultados del embarazo.

Posteriormente Nery Cecilia Molina Restrepo propone unas estrategias educativas que buscan reencaminar a la mujer a principios básicos, como el conocimiento de sí misma, de los seres y el mundo que la rodea. Se destaca el papel de la motricidad durante el proceso de gestación, entendiendo la motricidad como un estado armónico entre los estados de quietud y de movimiento. Se subraya el autoconocimiento como favorecedor de la autoestima, de la capacidad para tomar decisiones, y de la salud de la mujer antes, durante y después de la gestación, entendiendo a ésta como aquella capaz de favorecer el desarrollo de su entorno familiar, en especial de sus hijos e hijas.

Igualmente Luz Myriam Arteaga Alzate en su texto “Biodanza y gestación una propuesta integradora de vida”, plantea cómo a través de las vivencias en Biodanza de la madre y el padre se crea un encuentro real y humanizado con el nuevo ser, en una vivencia de profunda conexión con la vida, logrando incluso, de esta manera ir un poco más allá de prácticas como la gimnasia prenatal y la estimulación adecuada. También actualiza en los padres sus experiencias de infancia desde su condición de hijos, propiciando así, estados de mayor vinculación, aceptación y comprensión frente a los cambios que conlleva el nuevo rol.

Para finalizar este grupo de propuestas alrededor de la gestación se presenta el trabajo de Paola Vernaza Pinzón quien en su propuesta de Pilates aborda una revisión teórica de esta técnica controvertida e innovadora en esta etapa, favoreciendo tanto los aspectos del desarrollo físico motriz, como los procesos educativos a través de la autoconciencia que contribuirán a disminuir la ansiedad y permitir a la madre una vivencia de su cuerpo durante la gestación y el parto, además, de prepararla para las demandas que requiere la buena atención a su hijo.

Finalmente se integra al texto un trabajo referido a la adolescencia a cargo de Alejandro Gómez Rodas, quien hace una revisión teórica del tema de “Alteraciones del control motor en miembro inferior en féminas adolescentes”, presentando desde el punto de vista fisiológico los factores de riesgos ambientales, anatómicos, hormonales y neuromusculares como explicación a este fenómeno, el rol del entrenamiento neuromuscular preventivo y proponiendo líneas de acción que permitan el diseño estructurado de programas de entrenamiento orientados a disminuir la aparición de estas lesiones osteomusculares en las mujeres adolescentes.

Se encuentran en los textos referidos diferentes perspectivas en actividad física y salud que enlazan e insisten en el papel esencial del propio cuerpo en el conocimiento, revelando la corporeidad como el modo de ser en el mundo, como centro de las relaciones de existencia con el mundo y con los otros, como diría Ponty (1975). Igualmente los escritos nos invitan a mirar al mundo relacional y a la búsqueda del bienestar, reconociendo el papel de la autonomía del ser y lo que significan las acciones educativas que como profesionales podemos desarrollar para la educación en salud.

*Diana del Pilar Cevallos Lugo
Nery Cecilia Molina Restrepo*