



SABER MÁS...

ESTEREOTIPOS EN EL DEPORTE

Índice

LOS ESTEREOTIPOS EN EL DEPORTE.....	3
Esteretipos de la mujer en el deporte	3
Esteretipos de la mujer con discapacidad en el deporte.....	4
ESTRATEGIAS PARA LOS PROFESIONALES EN EL ÁMBITO DEL DEPORTE	4

LOS ESTEREOTIPOS EN EL DEPORTE

Los estereotipos son **creencias simplificadas y generalizadas** sobre grupos de personas que atribuyen características fijas sin considerar la diversidad individual. En el deporte educativo, estos prejuicios limitan la participación femenina y perpetúan las desigualdades.

Estereotipos de la mujer en el deporte

1. **Menos fuerza y resistencia física:**

Se asume que las mujeres carecen de potencia muscular, relegándolas a ejercicios "suaves" como aeróbico o voleibol, ignorando su capacidad en fuerza o deportes de contacto.

2. **Prioridad a la estética sobre el rendimiento:**

Las alumnas reciben comentarios sobre su apariencia (ropa ajustada, delgadez) en lugar de técnica, generando ansiedad por el cuerpo en vez de foco competitivo.

3. **Evitación de deportes "masculinos":**

Baloncesto, fútbol, entre otros, se ven como territorio masculino, desincentivando su práctica y liderazgo en equipos mixtos.

4. **Mayor riesgo de lesiones emocionales:**

Se espera que las chicas eviten riesgos o competiciones agresivas, reforzando pasividad y reduciendo su confianza en habilidades motoras.

5. **Roles de apoyo en equipo:**

En grupos, ocupan posiciones secundarias (animadoras, suplentes), mientras los chicos lideran, limitando su desarrollo táctico y decisivo.

Estereotipos de la mujer con discapacidad en el deporte

- **Dependencia total en actividades físicas.**
Se las percibe como frágiles, negándoles deportes adaptados o independientes.
- **Baja expectativa competitiva.**
Hay algunos entrenadores que subestiman su rendimiento, ofreciendo solo ejercicios básicos sin progresión ni torneos inclusivos.
- **Objeto de compasión, no de rivalidad.**
Los compañeros adoptan comportamientos de paternalismo, evitando competir con ellas para "no herirlas", lo que frena su integración real.
- **Invisibilidad interseccional.**
Falta de referentes como deportistas paralímpicas femeninas, perpetuando su marginación en programas deportivos.

ESTRATEGIAS PARA LOS PROFESIONALES EN EL ÁMBITO DEL DEPORTE

- Diseñar sesiones mixtas con roles rotatorios y materiales adaptados (balones táctiles, colchonetas elevadas).
- Incorporar vídeos de mujeres con discapacidad deportistas de élite para romper sesgos.
- Evaluar individualmente, priorizando el progreso personal sobre comparaciones de género.

- Fomentar el lenguaje inclusivo.
- Colaborar con programas paralímpicos escolares para visibilizar la diversidad y autonomía.