

# Valoración del perfil sociodemográfico en el triatleta: el ejemplo de Castilla-La Mancha: Nivel de implicación y entorno

## GERMÁN RUIZ TENDERO\*

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Profesor de la Universidad Católica de Murcia.

Entrenador Superior de Triatlón y Natación

## JUAN JOSÉ SALINERO MARTÍN\*\*

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte.

Profesor en la Universidad Camilo José Cela (Madrid)

## FERNANDO SÁNCHEZ BAÑUELOS\*\*\*

Doctor en Psicología.

Profesor en el programa de doctorado de Rendimiento Deportivo.

Universidad de Castilla-La Mancha

## Correspondencia con autores

\* [g.germanruiz@gmail.com](mailto:g.germanruiz@gmail.com)

\*\* [juanjose.salinero@uclm.es](mailto:juanjose.salinero@uclm.es)

\*\*\* [fsanchez@coe.es](mailto:fsanchez@coe.es)

## Resumen

La juventud del triatlón como deporte trasgresor e innovador, alcanza también al ámbito de la investigación, pues es difícil encontrar estudios dentro de las áreas de la sociología y la psicología social, situadas entre la explicación elemental y la integral, en las cuales se centra nuestra investigación. El grueso de los estudios en triatlón se dirige a los aspectos fisiológicos y antropométricos, sin embargo, el éxito deportivo trasciende el plano netamente físico, y atiende a otros factores como la dedicación y capacidad de implicación del deportista así como las influencias que le rodean, es decir, del “entorno próximo”, que ocupa el núcleo del sistema deportivo desde una concepción en esferas concéntricas. Nos centramos por tanto en el microsistema. Pretendemos pues abrir una nueva vía que nos ofrezca información sobre la población de triatletas españoles, quiénes son y cuáles son sus inquietudes y motivaciones, con el fin de mejorar el sistema partiendo desde una base empírica construida a través de las necesidades reales de los protagonistas de nuestro deporte, de los cuales se ha extraído un perfil sociodemográfico.

## Palabras clave

Triatlón, Entorno, Perfil Sociodemográfico, Sistema deportivo.

## Abstract

*The triathlete's sociodemographic profile assessment: Castilla-LaMancha's example. Involvement level and environment*

*Research field, has also been achieved by triathlon as a transgressor and innovator sport, since it is difficult to find studies concerning sociology and social psychology areas established between an elementary and a comprehensive explanation, on which our research is focused. Most of studies regarding triathlon deal with physiology and anthropometric aspects. However, concerning sport success other significant factors are involved, such as sportsmen devotion and commitment ability, as well as the influences around them, that is to say, the “close environment” which is covered in the sport system core by a concentric spheres conception. Therefore, we are focused on a microsystem level. Our aim is to open a new line in order to offer information about the Spanish triathletes population, who they are and what their interests and motivations are. Our purpose in this research is to improve the system starting from an empirical bases builded taking into account triathletes' real needs. Finally a triathlete's sociodemographic profile has been determined from the analyzed sample.*

## Key words

*Triathlon, Environment, Sociodemographic profile, Sport system.*

## Introducción

La juventud del triatlón como deporte trasgresor e innovador, alcanza también al ámbito de la investigación, pues es difícil encontrar estudios dentro de las áreas de la sociología y la psicología social, situadas entre la explicación elemental y la integral (Mayers, 1986), en las

cuales se centra nuestra investigación. El grueso de los estudios en triatlón se dirigen a los aspectos fisiológicos (Albrecht, 1986; Butts, 1991; Kohrt, 1987; Kreider, 1988; Miura, 1999; Zhou, 1997) y antropométricos (Gutiérrez, 1991; Hue, 2000; O'Toole, 1987; Roaldstad, 1989; Sleivert, 1996). Desde la fisiología se puede

decir que la capacidad para mantener un bajo porcentaje de  $\dot{V}O_2\text{max}$  para un nivel de trabajo submáximo podría ser el factor más decisivo de éxito en triatlón (Laursen, 2001), sin embargo el éxito trasciende el plano netamente físico, y atiende a otros factores como la dedicación y la capacidad de implicación del deportista así como las influencias que le rodean, es decir, el entorno próximo, que ocupa el núcleo del sistema deportivo desde una concepción en esferas concéntricas como nos plantea De Bosscher (De Bosscher y De Knop, 2002).

El interés por el estudio de los diferentes estratos sociales ha constituido uno de los principales objetos de la Sociología, originándose desde la conciencia de desigualdad de clases ante ciertas estructuras de poder, tradición desarrollada a partir de Weber y Marx. Aunque no es nuestra intención estudiar una clase social determinada, término éste más enraizado al concepto de la propiedad en las sociedades post-capitalistas (Bureba, Centelles, Doncel, y Oliva, 1993), si partimos de un grupo social minoritario del cual queremos definir su perfil, en cuyo seno pueden coexistir diferentes clases sociales, entendidas éstas desde una definición básica, como aquellos grupos principales presentes en una sociedad y determinados espontáneamente ante determinadas circunstancias (Ossowski, 1979). Definiendo un perfil sociodemográfico para un grupo de personas aunados entorno a un deporte concreto, estamos definiendo la propia naturaleza de este deporte desde sus practicantes, así como otros indicadores relevantes (sexo, motivaciones, relaciones familiares...) que pueden suponer las claves de la pertenencia o no pertenencia a una particular cultura deportiva como lo es el triatlón. En palabras de García,

*“... de la misma manera que las características antropométricas de cada individuo, su edad y su estado de forma física determinan en parte sus posibles hábitos deportivos, éstos también vendrán determinados por las condiciones socioeconómicas de que disfruta y por el marco de las relaciones sociales en que se desenvuelve”* (García, 1996, p. 76).

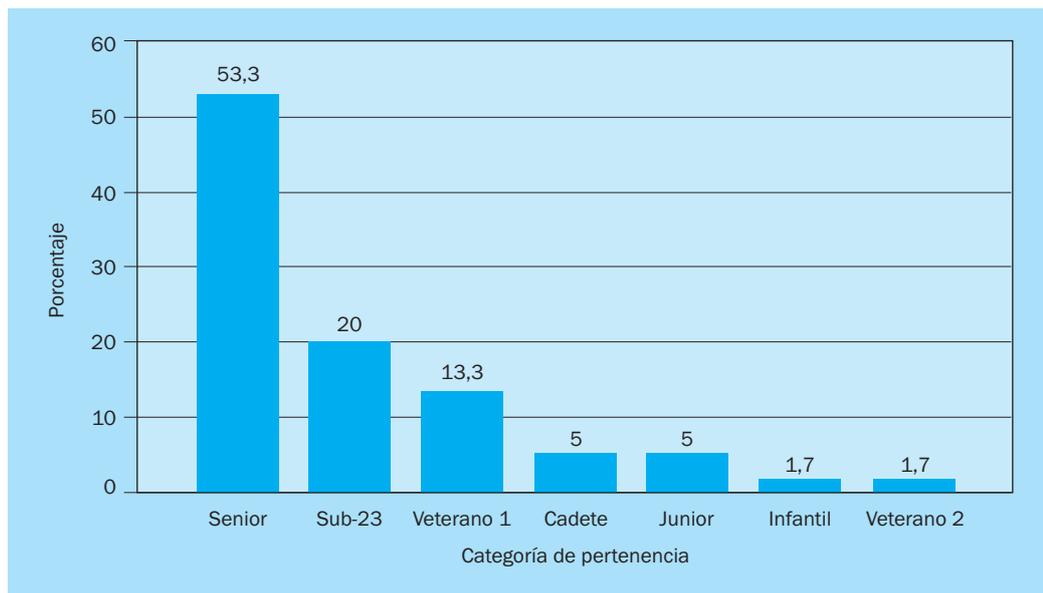
Aunque los estudios pioneros que trataban de acariar los determinantes sociológicos del triatlón en Francia asociaban este deporte a la clase social alta (Bertrand, 1986), es necesario actualizar estos datos al territorio y sociedad españoles a día de hoy mediante nuevos acercamientos empíricos para someter la práctica del triatlón a su hipotética pertenencia a un estatus social alto, o por el contrario depende más de un estilo de vida que puede ser adoptado por diferentes estratos sociales; siendo

conscientes de que es precisamente el “estilo de vida” un concepto que el sociólogo Pierre Bourdieu (Bourdieu, 1998) considera, a su vez, inseparable a la clase social, desde la perspectiva de la distinción y el gusto como sistema de encasillamiento social. Siguiendo a Bourdieu, podemos afirmar que entre los conocimientos adquiridos (capital escolar) y el origen social, se ocultan relaciones entre grupos que a su vez mantienen otras relaciones diferentes con la cultura según fue adquirido su capital cultural. Desde este discurso, podemos entender el deporte como capital cultural de las sociedades modernas, y a su vez, éste puede ser visto bajo la óptica de quienes lo practican y su entorno: Cómo llegaron a él, desde qué clase social, y bajo qué condiciones personales y ambientales. En definitiva aunque existen relaciones complejas, a la hora de definir el deporte en su entorno social, éstas pueden ser más o menos esclarecidas, o al menos así lo ilustra Bourdieu:

*“Basta, en efecto, con abolir la barrera mágica que hace de la cultura legítima un universo aparte para darse cuenta de las inteligibles relaciones entre unas “elecciones” en apariencia inconmensurables, como las preferencias en materia de música o cocina, de deporte o de política, de literatura o de peinados”* (Bourdieu, 1988, p. 98).

En España, con la celebración de los JJ.OO. en Barcelona se despierta el interés por conocer más sobre la realidad sociológica de los deportistas, de tal forma que en 1996 el Consejo Superior de Deporte publica el libro *Los deportistas olímpicos españoles: Un perfil sociológico* (García Ferrando, 1996), abriendo las puertas a este tipo de estudios, que junto con otros trabajos más recientes asociados a la determinación de factores psicosociales clave en la detección de talentos deportivos (Sánchez Bañuelos, 2002a, 2002b) ponen de relieve la importancia de un acercamiento al deportista desde el mirador de la sociología y la psicología social. Los estudios de este tipo en triatlón son muy escasos. Únicamente encontramos algunos acercamientos de corte sociológico, como el ya citado estudio de Bertrand (1986), estudios de caso sobre la subcultura propia del triatlón y la organización de eventos (Hilliard, 1986, 1988a, 1988b) y algunos informes como los de la Federación Francesa de Triatlón que tratan estos temas de forma transversal en torno a los clubes del triatlón (Direction Technique National de la Fédération Française de Triathlon, 2002).

Pretendemos pues abrir una nueva vía que nos ofrez-



**Figura 1**  
Distribución de la muestra por categorías deportivas.

ca información sobre la población de triatletas españoles, partiendo de una extensa Comunidad Autónoma de incesante crecimiento humano como Castilla-La Mancha. Quiénes son y cuáles son sus inquietudes, motivaciones y cómo van a su vez dando forma a un deporte en evolución; es éste nuestro fin, el de mejorar el sistema partiendo desde una base empírica construida a través de las necesidades reales de los protagonistas del triatlón.

## Material y método

Para desarrollar el *perfil del triatleta castellano-manchego* se decidió utilizar el cuestionario. Nos decidimos por el tipo auto-administrado en dos formatos diferentes: *material* (impreso) y *electrónico* (vía e-mail). El cuestionario se adaptó a los fines de la investigación, partiendo del modelo utilizado por Sánchez Bañuelos en dos estudios relacionados con deportistas de alto nivel españoles (Sánchez Bañuelos, 2002a) y castellano-manchegos (Sánchez Bañuelos, 2002b).

Para la selección de la muestra se escogieron los clubes más significativos de la Comunidad Autónoma, fueron un total de 7, representando a las 5 provincias. Dentro de cada club se escogieron a los/as triatletas a partir de la categoría alevín (11-12 años), ésta incluida, y con el condicionante de que permanecieran activos en el momento de la investigación, con al menos una competición planificada. La muestra final quedó en 60 deportistas, de los cuales 6 eran mujeres (10%). La media de edad del total es de 29 años ( $\pm 9,1$ ).

## Resultados

**Categoría de pertenencia:** Al clasificar la muestra por categorías (fig. 1), más de la mitad pertenece al grupo “senior” (24-39 años). A continuación el grupo más numeroso son los sub-23 (20-23 años), representando un 20% de la muestra.

**Entrenamiento.** El 37,9% entrena menos de 10 horas/semana, mientras que el 36,2% lo hace entre 10 y 14 horas semanales. Del total de la muestra sólo 3 deportistas afirmaron entrenar más de 20 horas/semana.

**Especialidad de la que proviene y edades de inicio** (fig. 2): El 68,3% de la muestra proviene de otra es-



**Figura 2**  
Especialidades de origen para los triatletas estudiados.

	Frecuencia	Porcentaje
De ti mismo	45	75
De algún amigo	21	35
De algún entrenador	6	10
De otros familiares	4	6,7
De algún profesor	2	3,3
De tus padres	1	1,7
De otras personas	1	1,7

**Tabla 1**

Origen de la iniciativa para iniciarse en el triatlón.

	Frecuencia	Porcentaje
Deporte completo y entrenamiento variado	21	36,8
El reto que plantea y la aventura	14	24,6
Gusto personal - diversión	8	14,0
Ambiente entre compañeros y en competiciones	6	10,5
Gusto personal - salud	3	5,3
Probar algo nuevo	3	5,3
Hacer deporte	2	3,5
Total	57	100,0

**Tabla 2**

Motivos para iniciarse en la práctica del triatlón.

pecialidad, siendo la que más se repite el ciclismo. Antes de practicar triatlón los deportistas se iniciaron en su deporte anterior con una media de edad de 13,8 años ( $\pm 6,628$ ), y transcurridos un promedio de 10 años, el deportista decide dar el paso hacia el triatlón.

*Tipo de competición en los que se alcanzó el mejor resultado:* El triatlón sprint es aquel en el que un porcentaje más alto de triatletas (45,3 %) alcanzó su mejor resultado. A continuación le sigue el Olímpico con 17 participaciones que lograron su mejor resultado. Cabe destacar las tres participaciones en un Ironman, que afirman haber conseguido su mejor resultado

deportivo en esta distancia, reservada para una selecta minoría.

*Nivel de implicación en el triatlón:* La mitad del grupo considera que realiza triatlón a nivel de aficionado, mientras que la otra mitad, casi en su totalidad, se enmarcan dentro del perfil “competidor”. Sólo un triatleta de toda la muestra es un deportista de alto nivel, el cual ingresó en el C.A.R. de Madrid en la temporada (2004-05).

*Triatlones disputados en Castilla-La Mancha:* De la media del total de triatlones disputados (3), la mitad (1,5) fueron en Castilla-La Mancha.

*Inicio en el triatlón:* Es el propio deportista el que toma la iniciativa de comenzar a entrenar triatlón (75 % de los casos), mientras que los amigos también ejercen cierta influencia para iniciarse. La *tabla 1* nos muestra estos datos.

Las motivaciones que encuentran nuestros deportistas para iniciarse en el triatlón se muestran en la *tabla 2*.

*Continuación en el triatlón:* Las principales personas que más influyeron para que el triatleta continuara su práctica una vez iniciado son los amigos (59,3 %) y el entrenador (28,8 %). En otros casos los padres y familiares también animan a sus hijos a continuar (18,7 %), siendo las motivaciones principales para continuar el buen ambiente entre compañeros y en competiciones (22 %), el bienestar y la salud (18,6 %) y el mejorar los resultados (17 %).

*Estudios y ocupaciones a parte del deporte:* En cuanto a los estudios completados, el 23,7 % ha finalizado bachillerato, mientras que, con igual porcentaje, los de mayor edad han finalizado estudios universitarios de grado superior. A parte de entrenar triatlón, la mayoría de los deportistas trabajan (55 %), puesto que, como ya adelantábamos, contamos con una población de mediana edad. El 16 % sigue estudiando y el resto, a parte de estudiar, también trabaja.

*Trabajo:* La mayoría de los triatletas (81,8 %) pertenece a un sector de trabajo no relacionado con el deporte, tanto público como privado. En cuanto a las horas semanales de trabajo, aproximadamente la mitad de la muestra trabaja entre 26 y 40 horas.

*Estudiantes:* Actualmente, de los triatletas que están estudiando, el porcentaje más numeroso (28,6 %) se dedica a estudios universitarios de grado superior. El resto de deportistas se reparten en grupos bastante equitativos respecto a los tipos de estudio que están realizando.

*Influencia de los estudios sobre el entrenamiento y rendimiento deportivo:* El 40 % opinó que sus estudios influyeron negativamente en algunos aspectos de su entrenamiento y rendimiento, como el faltar al entrenamiento (72 %), a competiciones (44,4 %) o el cansancio añadido (55.6 %). Para el otro gran grupo (34,3 %) no tuvieron una influencia significativa.

Por el contrario, para la mayoría de los triatletas que estudian, el hecho de entrenar triatlón no ha tenido una influencia significativa sobre la marcha de sus estudios.

*Aspiraciones profesionales y laborales en el futuro:* La vocación por el deporte es clara, un 37,9 % desearía trabajar en el sector público relacionado con el deporte.

*Condiciones y nivel de vida actual:* Respecto a la vivienda habitual en los periodos de entrenamiento, tenemos dos grupos principales: aquellos que tienen domicilio propio, que son mayoría (48,3 %) y aquellos que viven con sus padres en el domicilio familiar (35 %). Las influencias de su circunstancia de vivienda en los ámbitos deportivo y personal se plasman en la tabla 3.)

*Circunstancias familiares:* Un 60,7 % de los padres se encuentran trabajando, frente a un 49,2 % de las madres. En cuanto al estatus socioeconómico familiar estimado, la muestra se decanta claramente hacia una clase media (82,5 %).

*Antecedentes de práctica deportiva en los padres:* Respecto a la pregunta de si el padre o la madre practicaron deporte con anterioridad obtuvimos las siguientes respuestas (figs. 3 y 4).

Hemos de matizar que más de la mitad de los padres y las madres que sí practicaron, lo hicieron con un deporte no relacionado con el triatlón.

*Diferencias de género:* No se encontraron diferencias significativas para ninguna variable cuantitativa y paramétrica de este estudio tomando como variable independiente el género. Lo que si se apreció fue que todas las mujeres (n = 6) se consideran dentro del nivel de implicación de “competidoras”, mientras que la mayoría de los hombres (55,6 %) se consideran “aficionados”, frente al 42,6 % de los “competidores”.

## Discusión de los resultados

En primer lugar hemos de destacar la elevada edad media de nuestros deportistas, lo cual va a condicio-

	Frecuencia	Porcentaje
De forma positiva en el ámbito personal	38	64,4
De forma positiva en el ámbito deportivo	29	49,2
No tiene una influencia significativa	15	25,4
De forma negativa en el ámbito deportivo	4	6,8
De forma negativa en el ámbito personal	1	1,7

**Tabla 3**  
Influencias del entorno de vivienda habitual sobre el ámbito personal y deportivo.



**Figura 3**  
Práctica deportiva del padre.



**Figura 4**  
Práctica deportiva de la madre.

Autor	Años de experiencia en triatlón	N	Sexo	Edad media
Albrecht, 1986	Con experiencia (no específica)	9	H	28,7
		2	M	21,6
Burke, 1987	Nivel Ironman (no específica)	25	H	27,2
Kohrt, 1987	2 años ( $\pm 1,2$ )	13	H	29,5
Kreider, 1988	2,1 años ( $\pm 1,4$ )	9	H	27,6
O'Toole, 1987	Nivel Ironman, 3 años	8	H	30,5
Miura y cols., 1997	Nivel 1: 4,6 ( $\pm 2,7$ )	8	H	27,3
	Nivel 2: 3,3 ( $\pm 1,5$ )	8		26
Ruiz, 2005	4,7 años ( $\pm 4,2$ )	54	H	29,78
		6	M	22,17

**Tabla 4**

Edades de triatletas en diferentes estudios (ampliado de Roaldstad, 1989).

nar el resto de interpretaciones. De cualquier forma, nuestros datos respecto a la edad, coinciden con los de otros estudios, tal y como se muestra en la *tabla 4* que hemos tomado y ampliado de Roaldstad (Roaldstad, 1989).

Esta media de edad, respecto a las especialidades del triatlón por separado, puede parecer alta, sin embargo, el 68,3 % ya practicaban y competían en alguna de las tres especialidades, siendo la edad media de comienzo en la especialidad de 13,8 años. Estudios de la Federación Francesa de Triatlón corroboran la incidencia de la práctica deportiva anterior al triatlón en alguna especialidad individual (Federation Française de Triathlon, 2003-04), este hecho se ha constatado también en los triatletas españoles de alto nivel (Ruiz, 2006).

Hemos de tener en cuenta que la representación de mujeres es muy baja, tan sólo 6 mujeres de los 60 participantes que componen la muestra, lo que supone un 10 %. Suele ser habitual que este porcentaje en pruebas de gran exigencia física decaiga, sin embargo nuestro porcentaje es más bajo de lo que nos presentaba Hilliard (1988), el cual daba un 25 % de participación a las mujeres en carreras cortas y populares en un estudio llevado a cabo en Texas. Sin embargo esta comparación difiere mucho en sus contextos de aplicación. Por ello contrastamos nuestros datos con la participación femenina en los dos triatlones más populares de nuestra región, el de Alcázar de San Juan (sprint) y el olímpico de Cuenca, en el

año 2004. Aunque la muestra no pertenezca en su totalidad a nuestra región, puesto que las competiciones están abiertas al gran público, sí vemos como la participación femenina en triatlones organizados en nuestra región se ajusta más a los datos de nuestra muestra que a la investigación de Hilliard, rondando el 10 %. La escasez de mujeres en los deportes de resistencia, sobre todo a nivel popular, es un hecho tradicional, sin embargo en la élite el porcentaje tiende a igualarse respecto a los hombres, tal y como está constatado (Ruiz, 2006). Este aspecto podría ser explicado en cuanto a que, si ya de por sí el triatlón no resulta muy atrayente para las mujeres, cuando éstas sí se deciden por su práctica, lo hacen con todas las consecuencias y con una gran motivación, y por lo tanto perduran en la pirámide competitiva igualando casi en porcentaje a los hombres. En nuestra investigación todas las mujeres se acoplaban al perfil “competitivo” antes que al de “aficionado”. Actualmente, desde la Federación Española de Triatlón se desarrolla una lucha por la igualdad de género en el triatlón, convirtiéndose en deporte modélico al respecto. Estas medidas comprenden entre otras dotar de iguales premios a hombres y mujeres, alternar el orden de salida en las competición (hombres-mujeres) para no beneficiar sólo a unos; y evitar en la medida de lo posible las carreras mixtas, para no interferir en el rendimiento como tal.

Es este un deporte especial, que hemos calificado de joven y transgresor, pues implica competir en tres

disciplinas muy dispares y sin pausas, dándose a conocer en 1978 desde la ultradistancia (Ironman), es por lo que se ha llegado a denominar a los triatletas los “superhombres”. El hecho de querer embarcarse en esta aventura peculiar sin esperar ninguna recompensa a cambio más allá de la propia superación personal, da lugar a un triatleta altamente motivado hacia la tarea y firmemente unido a la competición. Recordemos que los principales motivos de inicio fueron la propia variedad del deporte, el reto que plantea y el gusto personal, datos muy similares a otros estudios de triatlón (Ruiz, 2006); El amor hacia el deporte es también una de las principales motivaciones para atletas de diferentes modalidades olímpicas (Hill, McConnell, Forster, y Moore, 2002; Sánchez Bañuelos, 2002a). Pero volviendo a nuestro discurso, la propia naturaleza del triatlón hace que el perfil difiera respecto a otras disciplinas, y es por ello que la *variedad deportiva* y el reto/aventura planteada por el triatlón (ligado a la práctica en entornos naturales), inexistente en otros deportes, supone la principal motivación para el inicio; muchos son los deportistas que se sienten atraídos en el triatlón huyendo de la monotonía de su anterior deporte (natación, ciclismo, atletismo). Desde nuestro punto de vista creemos que sí se puede hablar de una particular subcultura del triatlón, o al menos una subcultura oculta o encubierta que se aprende y transmite de unos a otros en ocasiones involuntariamente. Tal es el caso del esfuerzo e interés por el entrenamiento, que puede llegar a convertirse en una obsesión, la dieta, los materiales, etc. (Virnig y McLeod, 1996). Por regla general los triatletas registran sus entrenamientos y los comparan con la competición o con otros compañeros. Otros desarrollan su propio sistema de entrenamiento o buscan nuevas técnicas. En nuestro estudio hemos visto como la media de *edad en el comienzo de la práctica del triatlón* y la media de *edad en la que empezaron a participar en competiciones* correlacionan fuertemente a nivel de  $p < 0,01$  ( $r = 0,995$ ). Estos datos, indican que el inicio en el triatlón va acompañado por la competición en la misma temporada, igual relación se ha constatado en triatletas que llegaron al alto nivel (Ruiz, 2006), no ocurre lo mismo con deportistas de otras disciplinas olímpicas, para los que transcurren una media de 2,5 años desde que se inician hasta que compiten (Sánchez Bañuelos, 2002a). Detrás de la competición subyace un proceso de preparación, y aunque los volúmenes de entrenamiento en aficionados disten mu-

cho del alto nivel (*tabla 5*), supone un número más que considerable que nos hace incluso reformularnos el término generalista de “afición”. La práctica del triatlón queda ligada pues al entrenamiento; y éste a su vez guarda una fuerte relación con el rendimiento en triatlón (Baker y Deakin, 2003; Chavarren, 1996; Zinkgraf, Jones, Warren, y Krebs, 1986).

Respecto a los niveles subjetivos de implicación en el triatlón propuestos (alto nivel, competidor y aficionado), a los cuales ya hemos hecho referencia, han de ser tomados como válidos pues han sido contrastados objetivamente con las horas de entrenamiento resultando que el 84, % de los que entrenan menos de 10 horas son aficionados, mientras que la mayoría de los que entrenan de 10-14 horas (66,7 %) y de 15-20 (58,3 %) son competidores.

*Circunstancia y personas que influyeron en la iniciación deportiva:* Sin duda es el núcleo familiar el que será caldo de cultivo de los futuros deportistas, el papel de los padres en la actividad de los hijos ha sido evidenciada por diversos autores (De Knopp *et al.*, 1994; Smoll y Smith, 1999; Torregosa, 2004). En nuestro estudio, los padres no son personajes influyentes en el deporte de sus hijos, aunque también es verdad que las edades en las que se iniciaron nuestros deportistas en el triatlón (24,2 años  $\pm$  7,9) ha sobrepasado la etapa en la que los padres tienen mayor influencia sobre los hijos y pueden “apuntarlos” a alguna actividad deportiva. Sólo un deportista se vio influenciado por los padres a la hora de iniciarse en el triatlón, con una edad de 21 años y cuyo padre y madre habían practicado atletismo y ciclismo respectivamente. Tampoco es de extrañar que los padres no influyan en la iniciación de los hijos, puesto que más de la mitad de los padres y el 80,4 % de las madres no

	Volúmenes de entrenamiento habituales en triatlón élite (h/semana) (Varela, 2003)	Valores reflejados en nuestro estudio (h/semana)
Mínimo	15	5
Máximo	28	25
Total (media)	20-24	11,8

**Tabla 5**  
Volúmenes de entrenamiento en horas/semana para triatletas de élite y para la muestra estudiada.



**Figura 5**  
Influencia de los padres en la continuación deportiva de sus hijos en función de la edad de los mismos.

hicieron deporte. Sin embargo, tal y como muestra la *figura 5*, parece que algunos padres, una vez ven a su hijo en este deporte, sí influyen para que continúe.

En un estudio llevado a cabo con deportistas olímpicos americanos encontramos que los padres y entrenadores tienen una influencia moderada en la iniciación deportiva (Hill *et al.*, 2002), al igual que ocurre con el perfil sociodemográfico de los olímpicos españoles, para los cuales la influencia de los padres se constató en un 33 % seguida por los amigos (19 %) y el entrenador (17 %) (García Ferrando, 1996). Otros estudios más recientes con una gran muestra de deportistas españoles ( $n = 172$ ) también muestran a los padres como principales agentes (55 %) seguido por otros familiares (22,8 %) y el entrenador (32,4 %) (Sánchez Bañuelos, 2002a). Realmente, los agentes socializadores influyentes no suelen distar de unos estudios a otros, siendo generalmente agentes primarios (familia, amigos, entrenador).

*Estatus socioeconómico y nivel educativo:* Cuando analizábamos el contexto internacional, Hilliard (1988a) presentaba a los triatletas como “bien acomodados y educados”, mientras que, en Francia, Bertrand (1987) se preguntaba si el triatlón era un deporte de ricos. En Castilla-La Mancha, y remitiéndonos a los resultados, nos encontramos con un nivel alto en cuanto a estudios completados o en curso, predominando estudios universitarios. Puede que este buen nivel en los estudios vaya en detrimento de la dedicación al triatlón, puesto que el entrenar este deporte con el fin de llegar a los primeros puestos requiere muchas horas de entrenamiento.

De hecho cuando se preguntaba a los triatletas de qué forma sus estudios influían en el rendimiento deportivo, el 42,8 % respondió que influían negativamente. Al no haber un alto nivel bien definido en nuestra región, los deportistas aficionados y competidores no anteponen el deporte a los estudios. Visto desde el otro lado, sólo 6 triatletas respondieron que el deporte influye negativamente en sus estudios, entre los cuales se encontraba el único deportista de alto rendimiento de la muestra.

La clase media es la dominante entre los aficionados al triatlón, por lo tanto, a pesar de la demanda de material, no podemos clasificarlo como un deporte prohibitivo para la gran parte de la población española, incluso para los de clase media-baja y baja, los cuales suponen un 7 % de nuestra muestra. En el alto nivel español la distribución de clases es similar a la de los aficionados castellano-manchegos, con la diferencia de existen un mayor porcentaje de clase media-alta (24,4 %) y ninguno que se clasificara como clase baja (Ruiz, 2006). Atrás queda la catalogación dentro de la clase alta de aquellos pioneros triatletas franceses (Bertrand, 1986). No existen estudios recientes que muestren datos al respecto en triatlón, pero sí en deportistas olímpicos: En EE.UU. se ha constatado una mayoría de clase media pero con una tendencia transversal a lo largo de los años hacia el aumento de familias de clases económicas altas (Hill *et al.*, 2002). En nadadores y atletas de alto nivel españoles también predominan las clases medias pero con un mayor porcentaje de clase media-alta en los nadadores (30 %) que en los atletas (10 %) (Sánchez Bañuelos, 2002a). Respecto al triatlón, podemos de-

cir que no es posible encasillarlo en un determinado rango de clase social, pero sí es un deporte que se da sobre todo en los países más desarrollados, de hecho son los grandes dominadores de este deporte. El primer filtro es la práctica de natación, para lo cual es necesaria una red básica de instalaciones acuáticas y recursos económicos. No es fin último el del triatleta vivir de este deporte, sino invertir tiempo de ocio en aquello que le apasiona, con toda su dureza, lo cual es parte del reto. No ocurre así por ejemplo con las carreras de fondo y medio fondo en atletismo, dominadas por el ímpetu de los pueblos menos favorecidos que tratan de encontrar una vía de escape y una salida hacia el éxito tal y como ha quedado establecido por el dominio keniano y etíope (La Torre, Impellizzeri, Fotti, y Arcelli, 2005). En las sociedades desarrolladas, por tanto, una vez cubiertas las necesidades básicas, la actividad física y el deporte pasan a formar parte del estilo de vida, concepto este, asociado a las clases sociales, según Bourdieu (1998); llegando entonces también la práctica deportiva a todos los estratos sociales de estos países. Desde nuestra opinión no podemos decir que mediante el triatlón se busque la distinción de una determinada clase social, como ocurriría con otros deportes como el golf o la vela, más bien, el triatleta, provenga de la clase que provenga, es ya de por sí distinguido y respetado por el resto de deportistas, al desmarcarse hacia un deporte novedoso, duro y singular.

## Conclusiones

A partir de las medias y los datos extraídos de nuestro estudio hemos conformado el *perfil del triatleta aficionado*, en este caso perteneciente a la Comunidad Autónoma de Castilla-La Mancha. Brevemente sería el siguiente: El triatleta comenzó a una edad tardía (24 años) pero ya practicaba alguno de los 3 deportes que componen el triatlón, lo cual coincide con triatletas de alto nivel; podemos hablar entonces que la idea deporte como *sistema* que se nutre a sí mismo. Podemos afirmar que un deportista que hace triatlón, es un deportista que compite. La competición está íntimamente ligada a este deporte desde el mismo comienzo del entrenamiento, en el cual se suele invertir unas 12 horas semanales. Este volumen de entrenamiento es considerado alto para ser desarrollado a nivel de “afición”, lo que viene a determinar en gran medida el perfil de este tipo de deportistas en base a la propia naturaleza del deporte estudiado. Por lo tanto podemos definirlo dentro de un nivel de implicación de *aficionado* pero con tendencia a *competidor*, pues dedica

gran parte de su tiempo libre a entrenar y aspira a ganar o a alcanzar un buen resultado en su grupo de edad. En cuanto a la especialidad que más domina en la actualidad no existe una clara determinación hacia una u otra. El mejor resultado lo alcanzó en un triatlón de distancia sprint fuera de Castilla-La Mancha, quedando entre los tres primeros de su categoría (senior). Nuestro triatleta goza de una experiencia en este deporte de unos 4,5 años y suele disputar 3 triatlones por temporada, de los cuales uno suele ser en Castilla-La Mancha. Sumando todas las competiciones, no sólo triatlones, al finalizar la temporada habrá participado en 7.

Respecto a las *motivaciones iniciales y personas influyentes* podemos decir que: entre las principales motivaciones que encuentra para iniciarse están: el hecho de ser un deporte completo que supone un entrenamiento variado, así como el reto y la aventura que plantea. Sin duda estas características, sobre todo la variedad, son prácticamente exclusivas de este deporte, que además se disputa sin pausas, suponiendo un fuerte atractivo para quienes lo contemplan. Las personas que más le influyen para continuar con el triatlón una vez iniciado son el grupo de amigos y el entrenador, mientras que la influencia de los padres coincide con otros estudios al ser moderada, incluso más baja que los datos mostrados en la literatura, pues la edad de inicio también es avanzada y supera ya las influencias paternas. No obstante los padres tampoco son practicantes. Lo que más motiva a nuestro deportista para continuar es el buen ambiente entre compañeros y en las competiciones, y el hecho de sentirse bien en un entorno de salud.

La *clase social* predominante, y por tanto asociada al triatlón en estos niveles, es la clase media, sin descartar minorías de clase media-baja y media-alta, descartando así, como habían propuesto otros autores, el encasillamiento en las clases altas. El triatlón es más característico de los países desarrollados y por tanto no aporta una forma de ganarse la vida sino un estilo de vida de gran exigencia, lo que delata una alta motivación intrínseca o amor hacia el triatlón. Acorde con la clase social nuestro deportista posee vehículo propio, así como domicilio en propiedad, el cual comparte con otras personas. Esta circunstancia de vivienda habitual tiene una influencia positiva tanto en el ámbito personal como en el deportivo. El nivel de estudios es medio-alto. Lógicamente, dentro del nivel de implicación mayoritario, “aficionado”, ante la incompatibilidad de estudios-deporte, se renuncia al deporte, teniendo que faltar a entrenamientos y acumulando un cansancio negativo para el rendimiento deportivo.

Según el género, se atisba un grupo de mujeres mucho más selecto y de mayor orientación a la competición, lo cual podría hacerles persistir hacia el alto rendimiento.

Una vez visto el perfil del triatleta, creemos necesario el impulsar el triatlón femenino y de base en nuestra comunidad en concreto y en España en general, bajo la motivación casi segura de alcanzar buenos resultados deportivos, dada la escasez de participación femenina, aunque con miras a alcanzar buenos resultados en competiciones de mayor nivel. Por otro lado, sería conveniente para una futura investigación, estudiar a los triatletas que quedaron excluidos de nuestra muestra, y averiguar los motivos que les llevan a permanecer inactivos, pese a tener la licencia en vigor.

## Bibliografía

- Albrecht, T. J.; Foster, V.L.; Dickson A. L. y Debever, J. M. (1986). Triathletes: exercise parameters measured during bicycle, swim bench and treadmill testing, *Medicine and Science in Sports and Exercise* (vol. 18, pp. S86).
- Baker, J. y Deakin, J. M. (2003). *Predicting performance in ultra-endurance triathletes from training indices*. Paper presented at the NASPSPA Conference, Savannah, Ga. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 25(Supl.).
- Bertrand, D. (1986). *Les Déterminants Sociologiques du Triathlon*. Unpublished Memoria para la obtención del Diploma del Institut National du Sport et de l'Education Physique, I.N.S.E.P., Paris.
- Bourdieu, P. (1988). *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto*. Madrid: Taurus.
- (1998). El espacio social y sus transformaciones. In *La distinción. Criterio y bases sociales del gusto* (pp. 97-168). Madrid: Taurus.
- Bureba, G.; Centelles, F.; Doncel, L. y Oliva, J. (1993). Clases Sociales. En *Claves de sociología* (pp. 277-332). Toledo: Azacanes.
- Butts, N. K.; Henry, B. A. y Mclean, D. (1991). Correlations between VO<sub>2</sub>max and performance times of recreational triathletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 31(3), 339-344.
- Chavarren, J.; Dorado, C. y López J. A. (1996). Triatlón: Factores condicionantes del rendimiento y del entrenamiento. *Rendimiento Deportivo*, 10(2), 32-37.
- De Bosscher, V. y De Knop, 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? 9<sup>th</sup> World Sport for All Congress, Ahrnboom (Ned).
- De Knopp, P.; Wylleman, P.; Theeboom, M.; De Martelaer, K.; Van Puymbroek, L. y Wittock, H. (1994). *Youth-friendly sport clubs*. Bruselas: Vubpress.
- Direction Technique National de la Fédération Française de Triathlon. (2002). *Photographie des clubs de la Fédération Française de Triathlon*. Paris: <http://www.fftri.com/espace/doc/Presentation%20etu-de%20club%202002.pdf>.
- Federation Française de Triathlon. (2003-04). *Approches des Représentations Sociales en Triathlon: Analyse et Préconisations*. Paris: [http://www.fftri.com/espace/doc/etude\\_representations.pdf](http://www.fftri.com/espace/doc/etude_representations.pdf).
- García Ferrando, M. (1996). *Los deportistas olímpicos españoles: Un perfil sociológico*. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Gutiérrez, F.; Hernández, M.; Canda, A.; González de la Vega, C.; López Illescas, A. y Silvio, R. (1991). Estudio comparativo de composición corporal y somatotipo en triatletas. *Archivos de Medicina del Deporte*, 8(especial), 35-36.
- Hill, R.; McConnell, A.; Forster, T. y Moore, J. (2002). *A comprehensive view of development of U.S. Olympians who competed from 1984-1998. Initial report: Results of the talent identification and development questionnaire to U.S. Olympians: Athlete development and Coaching y Sport Sciences divisions*.
- Hilliard, D. C. (1986). *The Staging of Emotions in Endurance Athletic Competitions: Implications for Successful Race Management*. Paper presented at the Annual Meetings of the Western Social Science Association, Reno, Nevada.
- (1988a). Finishers, competitors, and pros: a description and speculative interpretation of the triathlon scene. *Play and Culture*, 1(4), 300-313.
- (1988b). *Triathlon: a case study in commercialization and standardization of participant sport*. Paper presented at the North American Society for the Sociology of Sport Meeting, Cincinnati, Ohio.
- Hue, O.; Le Gallais, D.; Chollet, D. y Préfaut C. (2000). Ventilatory threshold and maximal oxygen uptake in present triathletes. *Canadian Journal of Applied Physiology*, 25(2), 102-113.
- Kohrt, W. M.; Morgan, D. W.; Bates, B. y Skinner, J. S. (1987). Physiological responses of triathletes to maximal swimming, cycling and running. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 19(1), 51-55.
- Kreider, R.; Boone, T.; Thompson, W.; Burkes, S. y Cortes, C. (1988). Cardiovascular and thermal responses of triathlon performance. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 20(4), 385-390.
- La Torre, A.; Impellizzeri, F.; Fotti, A. y Arcelli, E. (2005). Do Caucasian athletes need to resign themselves to African domination in middle- and long-distance running? *New Studies in Athletics*, 20(4), 39-49.
- Laursen, P. B. y Rhodes, E. C. (2001). Factors affecting performance in an ultraendurance triathlon. *Sports Medicine*, 31(3), 195-209.
- Mayers, M. A.; Holland, G. J., Rich, G. Q.; Vincent (1986). Effects of prolonged intense cycle ergometry upon immediately subsequent maximal treadmill running in trained triathletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise* (Vol. 18, pp. S86).
- Miura, H.; Kitagawa, K. y Ishiko, T. (1999). Characteristic feature of oxygen cost at simulated laboratory triathlon test in trained triathletes. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 39(2), 101-106.
- O'Toole, M. L.; Douglas, W.; Hiller, B.; Crosby, L. O. y Douglas, P. S. (1987). The ultraendurance triathlete: a physiological profile. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 19(1), 45-50.
- Ossowski, S. (1979). *Estructura de clases y conciencia social*. Barcelona: Península.
- Roaldstad, M. (1989). Physiologic testing of the ultraendurance triathlete. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 21(5), 200-204.
- Ruiz, G. (2006). *El triatlón como modelo de sistema deportivo en el contexto nacional español e internacional: Determinantes para su desarrollo y la consecución del éxito*. Sin publicar Tesis doctoral, Universidad de Castilla-La Mancha, Toledo.
- Sánchez Bañuelos, F. (2002a). *Factores Psicosociales Clave para la Selección de Talentos Deportivos: El diseño de un programa de seguimiento para deportistas jóvenes con posibilidades de acceso a los planes Nacionales de Apoyo a los Deportistas de Alto Nivel (DAN)* (Documento público disponible en los fondos documentales del Consejo Superior de Deportes). Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- (2002b). *Factores Psicosociales Clave para la Selección de Talentos Deportivos: El diseño de un programa de seguimiento para deportistas jóvenes con posibilidades de acceso al Plan Regional "Castilla-La Mancha Olímpica" (CLAMO)*. Toledo: Consejería de Deportes de la Junta de Comunidades de Castilla-La Mancha.
- Sleivert, G. G. y R. D. S. (1996). Physical and physiological factors associated with success in the triathlon. *Sports Medicine*, 22(1), 8-18.
- Smoll, F. L. y Smith, R. E. (1999). *Sports and your child*. Washington: Ward.
- Torregosa, M. (2004). *Contribuciones de los agentes de socialización al juego limpio y la deportividad*. Paper presented at the Jornada sobre juego limpio en el deporte, Valencia.
- Virnig, A. G. y McLeod, C. R. (1996). Attitudes toward eating and exercise: a comparison of runners and triathletes. *Journal of Sport Behavior*, 19(1), 82-90.
- Zhou, S.; Robson, S. J.; King, M. J. y Davie A. J. (1997). Correlations between short-course triathlon performance and physiological variables determined in laboratory cycle and treadmill tests. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 37(12), 122-130.
- Zinkgraf, S. A.; Jones, C. J.; Warren, B. y Krebs, P. S. (1986). An empirical investigation of triathlon performance. *Journal of Sports Medicine and Physical Performance*, 26(4), 350-356.