EKSIGMA
Revista Ecuatoriana de Conocimiento Científico

ISSN: 3121-2689 Artículo de investigación

Impacto de un programa deportivo adaptado en la inclusión social y cohesión comunitaria: un estudio de caso en el sector Las Mercedes, cantón San Lorenzo

Impact of an Adapted Sports Program on Social Inclusion and Community Cohesion: A Case Study in the Las Mercedes Sector, San Lorenzo Canton

Ramón Alonso Angulo Caicedo[1], Dajumi Valencia Canga[2]
raangulo@insluistello.edu.ec, dayumivc29@gmail.com
[1]Instituto Superior Tecnológico Luis Tello, Esmeraldas, Ecuador, 080116
[2]Universidad Técnica Particular de Loja, Loja, Ecuador, 1101608

Citación: Angulo Caicedo, R. A., & Valencia Canga, D. (2026). Impact of an Adapted Sports Program on Social Inclusion and Community Cohesion: A Case Study in the Las Mercedes Sector, San Lorenzo Canton. *EKSIGMA*, *2*(1), 48-70. https://eksigma.com/index.php/principal/article/view/18

Recibido: *22 octubre 2025*
Aceptado: *05 diciembre 2025*
Publicado: *15 enero de 2026*

EKSIGMA
ISSN: 3121-2689

Correspondencia:
raangulo@insluistello.edu.ec

Copyright © 2026. Los autores conservan los derechos de autor y los derechos de publicación. Asimismo, otorgan a EKSIGMA el derecho no exclusivo de primera publicación. Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0). https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/

Resumen: La exclusión social en contextos comunitarios vulnerables condiciona las posibilidades de participación y tensiona la construcción de vínculos colectivos. En este escenario, el deporte comunitario se presenta como una vía de intervención social con capacidad para incidir en procesos de integración y cohesión. El estudio examinó el impacto del programa "Deporte para la Equidad Social" en el sector Las Mercedes del cantón San Lorenzo, con el propósito de comprender su contribución a las experiencias de inclusión social de las personas participantes. La investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto, con diseño cuasi-experimental y una muestra intencional de 30 participantes. La intervención se organizó en tres momentos articulados: una fase de adaptación del programa a partir de entrevistas abiertas, la implementación de actividades deportivas durante ocho semanas y una etapa de evaluación mediante una encuesta de satisfacción con escala tipo Likert. Los resultados reflejan una valoración global favorable, expresada en un promedio general de satisfacción de 4,4, asociado a mejoras percibidas en la interacción social, el sentido de pertenencia y la cohesión comunitaria. Junto a estas valoraciones, se reconocen límites estructurales vinculados a la intensidad de las actividades y a la persistencia de tensiones sociales previas, elementos que sitúan la experiencia del programa en un campo de complejidad que abre espacio para evaluaciones de mayor alcance temporal.

Palabras clave: inclusión social; deporte comunitario; cohesión comunitaria; intervención social; contextos vulnerables.

Abstract: *Social exclusion in vulnerable community contexts conditions opportunities for participation and places strain on the construction of collective bonds. Within this setting, community sport emerges as a form of social intervention with the capacity to influence processes of integration and cohesion. This study examined the impact of the "Sport for Social Equity" program in the Las Mercedes sector of the San Lorenzo canton, with the aim of understanding its contribution to participants' experiences of social inclusion. The research was conducted using a mixed-methods approach, with a quasi-experimental design and an intentional sample of 30 participants. The intervention was organized into three articulated stages: a program adaptation phase based on open interviews, the implementation of sports activities over eight weeks, and an evaluation stage using a satisfaction survey with a Likert-type scale. The results indicate an overall favorable assessment, reflected in a general satisfaction average of 4.4, associated with perceived improvements in social interaction, sense of belonging, and community cohesion. Alongside these assessments, structural constraints related to the intensity of the activities and the persistence of pre-existing social tensions are acknowledged, situating the program experience within a field of complexity that opens space for evaluations with a longer temporal scope.*

Keywords: *social inclusion; community sport; community cohesion; social intervention; vulnerable contexts.*

1. INTRODUCCIÓN

La exclusión social se concibe como la restricción de la participación de individuos o grupos, en recursos y actividades, que permiten el ejercicio pleno de derechos y la integración en la vida comunitaria. Desde esta perspectiva, a más de que, afecta el acceso a los servicios básicos, también frena las posibilidades de extender el circulo social, de participar en prácticas culturales y de construir relaciones significativas dentro de la sociedad. En este sentido, la práctica deportiva se considera objeto de análisis, no solo como actividad física, sino inclusive como un mecanismo que promueve la inclusión social, la cohesión comunitaria y el bienestar integral (Ferigato et al., 2023).

Por otra parte, diversas investigaciones plantean que las iniciativas deportivas comunitarias inclusive generan espacios de participación que facilitan la interacción entre personas de distintos orígenes, lo que se traduce en un sentido más profundo de pertenencia y apoyo social. Esto es coincidente con Barbosa et al. (2025) que indica que los deportes organizados en comunidades y la participación regular en actividades físicas grupales mejoran el sentido de inclusión social e incluso la percepción de apoyo entre los participantes, especialmente en contextos culturalmente diversos o con brechas sociales preexistentes. Además, evidencias empíricas sugieren que el deporte adaptado e inclusivo a más de influir positivamente en aspectos físicos, también fortalece vínculos sociales, la autoestima y la resiliencia emocional de las personas, contribuyendo a la reducción de barreras actitudinales y estructurales (Jeanes & Ryan, 2022).

La literatura académica también identifica desafíos específicos al utilizar el deporte como herramienta de inclusión. Algunas investigaciones advierten que, sin adecuados diseños metodológicos y apoyo institucional, los programas deportivos pueden reproducir desigualdades o no producir cambios sociales sostenibles a largo plazo (Sandoval-Iniesta & Alonso-Roque, 2023). Asimismo, revisiones sobre la conceptualización de la inclusión en el contexto del deporte muestran que aún no existe consenso universal sobre sus definiciones operativas y criterios de evaluación, lo que dificulta la comparabilidad entre estudios y la sistematización de resultados científicos (Fernández-Gavira, 2017; Scapin, 2025).

Finalmente, en el contexto particular de comunidades con un alto índice de vulnerabilidad social o restricciones a las oportunidades recreativas, cabe comprender integralmente los mecanismos a través de los cuales la práctica deportiva a más de ayudar a fomentar la inclusión social, también puede ayudar reducir los procesos de

marginalización (Lange et al., 2025). Por lo tanto, se plantea la pregunta de investigación que orienta este trabajo: ¿De qué manera la práctica del deporte comunitario contribuye en la reducción de la exclusión social y al fortalecimiento de la integración comunitaria de los participantes en el programa "Deporte para la Equidad Social" en el sector Las Mercedes del Cantón San Lorenzo?

2. MÉTODOS

2.1. Enfoque metodológico

La presente investigación adoptó un enfoque mixto, dado que combina métodos cuantitativos y cualitativos que buscan la comprensión de la adaptación y efectividad del programa; también, se justifica por la necesidad de obtener datos cualitativos que exploren las necesidades y percepciones de los participantes sobre el programa (Tuzova et al., 2019). En cambio, los datos cuantitativos permiten medir la satisfacción y la percepción de la inclusión social generada por el programa después de la intervención. El tipo de investigación es cuasi-experimental para la fase de aplicación del programa (D'Angelo et al., 2021); puesto que, se evaluó el impacto en una única muestra de participantes sin grupo control, permitiendo evaluar la efectividad del programa en términos de cohesión social y satisfacción de los participantes.

2.2. Población y muestra

La población objeto de estudio estuvo constituida por habitantes del sector Las Mercedes, localizado en el cantón San Lorenzo, contexto en el cual se identificó un universo aproximado de 100 personas entre residentes y otros pobladores del área. Sobre esta base se recurrió a un muestreo intencional respaldado por Machado (2024) que permitió la selección de 30 participantes pertenecientes a distintos grupos etarios, incluidos niños, jóvenes y adultos. Esta decisión metodológica respondió al interés de obtener diversas perspectivas que dieran cuenta de la experiencia comunitaria desde múltiples trayectorias de vida, manteniendo una cercanía con la realidad cotidiana del sector (Tuzova et al., 2019).

Los criterios de inclusión se definieron considerando a personas con edades entre 12 y 50 años, con una permanencia mínima de 10 años en la comunidad y con disponibilidad para sostener su participación a lo largo de las ocho semanas de intervención. Tales criterios se ajustaron a las condiciones propias del contexto social estudiado. Fueron excluidas aquellas personas con limitaciones médicas para la

actividad física, junto con quienes no aceptaron el consentimiento informado o desistieron de continuar durante la recolección de la información.



Figura 1 Selección de muestra para el estudio

Fuente: Elaboración propia

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La fase de adaptación se apoyó en entrevistas abiertas dirigidas a los participantes, concebidas como un medio para reconocer características sociales y culturales presentes en el contexto comunitario y la forma en que se comprendían los ejes vinculados a la inclusión social, la cohesión comunitaria y la práctica deportiva (ver Anexo 1). El material derivado de estas entrevistas fue transcrito y examinado mediante un análisis cualitativo de contenido que permitió identificar regularidades temáticas y aportes construidos desde los discursos recogidos. Este proceso siguiendo el enfoque de Montenegro & Fernández-Cerero (2024) incorporó una codificación orientada a organizar la información en categorías relacionadas con actividades deportivas, obstáculos de carácter social y cultural y requerimientos asociados al apoyo logístico, lo que posibilitó delinear prioridades y expectativas relevantes para el análisis posterior.

En la última etapa del proceso se elaboró una encuesta de satisfacción aplicada al cierre de las ocho semanas de intervención. El instrumento consideró una escala de Likert en cada ítem con el propósito de recoger valoraciones vinculadas a la percepción de inclusión social, el sentimiento de pertenencia y el nivel de satisfacción con las actividades deportivas desarrolladas durante el programa (ver Anexo 3). Los

resultados obtenidos desde este instrumento aportaron elementos cuantificables que validaron los hallazgos cualitativos presentados en la sección de resultados.

2.4. Procedimiento de selección de estudios

El procedimiento de la investigación se organizó en tres momentos articulados que guiaron el desarrollo del programa (Martinez Moreno & Ruiz-Callado, 2025), tal como se representa de forma sintética en la Figura 2. El punto de partida consistió en un diagnóstico preliminar basado en entrevistas iniciales orientadas a reconocer características y necesidades presentes en el sector Las Mercedes. La información obtenida permitió ajustar las actividades del programa "Deporte para la Equidad Social" a los distintos grupos etarios y a las particularidades del contexto comunitario, priorizando propuestas físicas y recreativas acordes con las dinámicas sociales del sector. La implementación del programa se desarrolló de manera sostenida durante las semanas posteriores, con sesiones deportivas periódicas realizadas tres veces a la semana durante dos horas por sesión, que integraron deportes colectivos, juegos recreativos y actividades centradas en la cooperación, el respeto y la inclusión. Como apoyo metodológico puntual se recurrió a la observación participante para acompañar el desarrollo de las interacciones sociales. Al finalizar el periodo de intervención se aplicó una encuesta de satisfacción dirigida a los participantes, orientada a recoger valoraciones sobre inclusión social, cohesión comunitaria y calidad de las actividades realizadas. Este recorrido metodológico permitió consolidar un diseño de intervención consistente con los objetivos planteados y con la realidad operativa del programa.

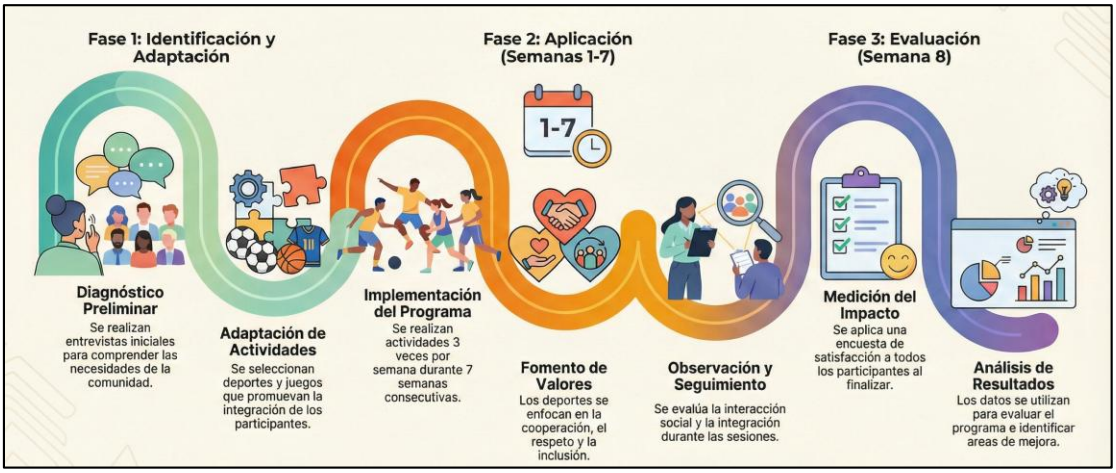

Figura 2 Fases del proceso de la investigación

Fuente: Elaboración propia

2.5. Análisis de datos

Las entrevistas recogidas durante la fase de adaptación fueron transcritas y analizadas mediante un proceso de codificación manual sustentado en un enfoque cualitativo (Tuzova, et al., 2019). En la codificación abierta se identificaron fragmentos relevantes y se asignaron códigos vinculados con inclusión social, cohesión comunitaria, barreras sociales y actividades deportivas. A través de la codificación axial, estos códigos se reorganizaron en categorías relacionadas con actividades deseadas, barreras sociales y expectativas de inclusión social, atendiendo a patrones y relaciones presentes en los discursos. La codificación selectiva permitió definir los temas centrales del estudio, los cuales derivaron en una decisión metodológica concreta orientada a ajustar el programa a las necesidades y expectativas expresadas por la comunidad.

El análisis cuantitativo se centró en el cálculo de promedios y en la comparación de frecuencias de respuesta obtenidas en la escala de Likert, lo que posibilitó describir las percepciones generales sobre satisfacción con las actividades del programa. El procesamiento de los datos mediante estadísticas descriptivas en Excel facilitó la identificación de tendencias vinculadas con la cohesión social y la satisfacción alcanzada durante la intervención. Esta integración de enfoques contribuyó a reforzar la coherencia metodológica del estudio y la solidez del análisis realizado.

3. RESULTADOS

3.1. Fase de adaptación del programa deportivo “Deporte para la Equidad Social”

Las pruebas técnicas realizadas fueron cruciales para evaluar el rendimiento del sistema VoIP y garantizar su adecuación al entorno institucional. Las pruebas se enfocaron en parámetros como latencia, jitter, retardo y calidad del audio. Además, se evaluaron aspectos como la estabilidad de las llamadas y el consumo de ancho de banda para asegurar que el sistema pueda funcionar bajo condiciones normales de operación.

3.1.1 Entrevista para la identificación de características de la comunidad

A partir de las entrevistas abiertas realizadas a los participantes se configuró una comprensión situada de las percepciones asociadas al deporte como herramienta de inclusión y cohesión social en el contexto comunitario estudiado. Los relatos recogidos pusieron de manifiesto expectativas relacionadas con la convivencia, así como condicionantes sociales y culturales que inciden en la participación, junto con

referencias al tipo de acompañamiento requerido para integrar a distintos grupos. Este conjunto de elementos fue interpretado de manera articulada y dio lugar a una decisión metodológica concreta orientada al ajuste del programa según las condiciones del entorno. Las categorías resultantes del análisis, resumidas en la Tabla 1, expresan estas necesidades y expectativas y constituyen una base empírica que sustenta los resultados presentados, dejando planteadas las líneas de reflexión que se desarrollan en la discusión.

Tabla 1 Categorías y Respuestas de los Participantes

Categoría / Subcategoría	Respuestas de los Participantes (30)
Actividades que favorecen la convivencia	Juegos cooperativos, deportes en equipo, actividades grupales que fomenten la interacción y el trabajo en equipo
Deportes y actividades recreativas deseadas	Fútbol, baloncesto, voleibol, actividades recreativas al aire libre como caminatas y carreras
Barreras sociales y culturales	Dificultades lingüísticas, prejuicios culturales, desconfianza entre grupos
Apoyo necesario para garantizar la participación	Necesidad de materiales adecuados (balones, redes), apoyo logístico, recursos humanos capacitados para facilitar la participación
Impacto en la relación entre grupos sociales	Mejora de la comprensión mutua, mayor colaboración entre grupos, un espacio común de interacción social
Expectativas sobre el programa en términos de inclusión	Que sea un espacio para que todos participen sin importar su origen, que promueva la integración de los jóvenes y adultos de diferentes grupos
Definición de inclusión social	Acceso a los mismos derechos, integración de todos los grupos en actividades comunes, respeto a la diversidad
Deporte como herramienta para la integración de r**esidentes**	Sí, permite que las personas se conozcan y compartan experiencias, haciendo que se sientan parte de la comunidad
Creación de un ambiente inclusivo en el programa	Creación de espacios seguros y respetuosos, actividades que incluyan a todos sin distinción, donde se celebre la diversidad
Aspectos que deben modificarse para mejorar la integración social	Hacer las actividades más accesibles para todas las edades, fomentar el respeto entre los grupos sociales
Percepción de relaciones entre residentes locales	Aún existen tensiones debido a la falta de comunicación, pero se percibe una mayor interacción desde que empezaron las actividades deportivas
Impacto del programa en la cohesión social	El programa puede fortalecer los lazos entre diferentes grupos al ofrecer espacios comunes para compartir experiencias y trabajar juntos
Deporte para reducir tensiones o prejuicios	Sí, puede reducir la hostilidad y los prejuicios si se organiza de manera inclusiva, integrando a todos los grupos en las actividades

Fuente: Elaborado por los autores

El análisis de las entrevistas y las respuestas agrupadas en las categorías clave, reflejan una fuerte expectativa de que el deporte puede ser un medio efectivo para fortalecer la integración de los diferentes grupos sociales, promoviendo la cooperación y el respeto mutuo. Además, se identificaron barreras como las dificultades lingüísticas y

los prejuicios culturales, lo que subraya la necesidad de contar con actividades inclusivas que promuevan un entorno seguro y respetuoso para todos.

3.1.2 Ajuste del programa deportivo "Deporte para la Equidad Social"

El desarrollo del programa deportivo "Deporte para la Equidad Social" reflejó los ajustes derivados del proceso previo de análisis, materializados en una intervención sostenida a lo largo de ocho semanas con sesiones organizadas de manera regular. Esta estructura permitió establecer una base temporal que facilitó una aproximación preliminar al impacto de las actividades sobre la integración y la cohesión social. La planificación de las sesiones contempló el abordaje progresivo de contenidos vinculados con inclusión social, cohesión comunitaria y práctica deportiva, procurando una correspondencia clara entre los objetivos planteados y las acciones desarrolladas (ver Anexo 2). El plan detallado de actividades, presentado en la Tabla 2, expone de manera descriptiva la lógica del ajuste aplicado al programa durante el periodo de intervención.

Tabla 2 Plan de Actividades de 8 Semanas con 3 Sesiones por Semana

Semana	Objetivo de la Semana	Actividades
Semana 1	Introducción al programa - Crear un ambiente inclusivo y seguro	- Juegos de rompehielos "La telaraña" (dinámicas para conocer a los demás) - Juegos cooperativos "El puente de manos" (fomentar el trabajo en equipo) - Presentación del programa y objetivos
Semana 2	Fomentar la interacción entre los grupos sociales	- Fútbol (partido con equipos mixtos) - Baloncesto "Pases" (juego colaborativo) - Dinámicas de confianza "La cuerda mágica" (trabajo en equipo)
Semana 3	Fortalecer el trabajo en equipo y la colaboración	- Voleibol "Partido amistoso" (partido con equipos mixtos) - Carrera de relevos "relevos comunitarios" (trabajo en equipo) - Juegos al aire libre "caminata en grupo" (caminatas recreativas)
Semana 4	Promover la inclusión y reducir las barreras sociales	- Fútbol "Torneo amistoso" (entrenamiento y partidos) - Juegos cooperativos "Cuerda gigante" (dinámicas para fomentar la inclusión) - Juegos de integración cultural "Cultura en acción"
Semana 5	Desarrollar la cohesión social y mejorar la comunicación	- Baloncesto "Juego en equipo" (juego en equipos mixtos) - Fútbol (partidos informales) - Juegos colaborativos (dinámicas de cooperación)
Semana 6	Promover la participación activa y la integración de todos los grupos	- Voleibol "Partido cooperativo" - Fútbol "Mini torneo" con equipos mixtos -Dinámicas recreativas "La pelota mágica" (juegos en grupo para promover la integración)
Semana 7	Reforzar la cohesión social y el sentido de pertenencia	- Carrera de relevos "Relevos comunitarios" (trabajo en equipo) - Fútbol "Torneo cooperativo" (entrenamiento y partido mixto) - Actividades recreativas "Búsqueda del tesoro" (búsqueda del tesoro, juegos en grupo)
Semana 8	Evaluación final del programa - Medir la satisfacción y el impacto	- Torneo de fútbol (partido final con todos los participantes) - Baloncesto (juego final y cierre) - Evaluación (encuesta de satisfacción)

Fuente: Elaborado por los autores

Las actividades presentadas en la Tabla 2 fueron adaptadas para asegurar que todos los grupos sociales pudieran participar plenamente, con un enfoque inclusivo y participativo que permitiera la construcción de relaciones de confianza y cooperación entre los miembros de la comunidad.

3.2. Fase de aplicación del programa deportivo adaptado "Deporte para la Equidad Social"

Durante la aplicación del programa deportivo adaptado "Deporte para la Equidad Social", implementada en siete semanas con tres sesiones semanales de dos horas, se configuró un marco de intervención que permitió observar tendencias emergentes en la interacción social sin establecer afirmaciones concluyentes. Las actividades, concebidas para sostener inclusión social y cohesión comunitaria, favorecieron la participación activa de todos los grupos etarios. La observación participante se integró como seguimiento continuo, centrando la atención en cooperación, trabajo conjunto y reducción de tensiones. En este contexto, deportes colectivos como fútbol y baloncesto mostraron un incremento temprano de la interacción, especialmente entre jóvenes y adultos, dentro de un ambiente no competitivo. Las observaciones y la retroalimentación condujeron a ajustes operativos precisos: reducción de partidos de fútbol de 40 a 30 minutos con pausas de 2–3 minutos. En el caso de las carreras de relevos y los juegos cooperativos, el ritmo de ejecución se ajustó desde una intensidad elevada hacia un ritmo moderado, mientras que las distancias por turno se redujeron de 200 a 100 metros, lo que permitió que los participantes completaran las actividades sin interrupciones derivadas del cansancio físico. Estas adecuaciones buscaron equilibrar la exigencia de las dinámicas con la permanencia activa de todos los participantes. La retroalimentación recogida durante la aplicación del programa también orientó ajustes en la distribución y organización de los materiales deportivos. Para las actividades de fútbol y baloncesto se aseguró la disponibilidad de al menos dos balones por grupo, mientras que en el voleibol se dispusieron redes y pelotas acordes con las dinámicas previstas. Las actividades cooperativas y las carreras de relevos contaron con conos y banderas suficientes para delimitar espacios y facilitar la organización de los equipos. La asignación de estos recursos se ajustó en función del número de participantes presentes en cada sesión, lo que contribuyó a evitar tiempos de espera prolongados y a sostener la continuidad de las actividades planificadas.

3.3. Fase de evaluación del programa deportivo adaptado "Deporte para la Equidad Social"

La etapa final de resultados se estructuró a partir del análisis cuantitativo de la encuesta de satisfacción, concebida como un instrumento para captar tendencias generales en las valoraciones expresadas por las personas participantes del programa "Deporte para la Equidad Social". El tratamiento de la información se orientó al cálculo de promedios, entendidos como una vía para ordenar respuestas y ofrecer una lectura sintética del nivel de acuerdo frente a las actividades desarrolladas. La escala

tipo Likert permitió asignar valores numéricos a percepciones de carácter subjetivo, estableciendo un marco común de interpretación entre categorías que abarcan desde el desacuerdo total hasta el acuerdo pleno. El tratamiento de la información se apoyó en procedimientos de estadística descriptiva aplicados en Excel, desde los cuales fue posible reconocer patrones de respuesta y establecer contrastes entre los distintos apartados del instrumento. Esta lectura permitió observar tendencias de valoración que se repiten a lo largo de la encuesta, sin reducirlas a una única interpretación. Los resultados derivados de este proceso se recogen en las Tablas 3, 4, 5 y 6, dispuestas conforme a los bloques que estructuran el cuestionario y pensadas para facilitar una lectura comparativa del conjunto.

Tabla 3 Percepción de Inclusión Social

Pregunta	Promedio (Escala 1-5)	% Totalmente de acuerdo	% De acuerdo	% Neutral	% En desacuerdo	% Totalmente en desacuerdo
1. ¿Cómo calificaría su experiencia en el programa deportivo respecto a la integración de grupos?	4.4	60%	25%	10%	5%	0%
2. ¿El programa ha ayudado a mejorar las relaciones entre residentes locales?	4.5	65%	20%	10%	5%	0%
3. ¿Se ha creado un ambiente inclusivo en el programa, aceptando a todos los participantes?	4.6	70%	20%	5%	5%	0%

Fuente: Elaborado por los autores

Los resultados reflejan una percepción mayoritariamente positiva sobre la inclusión social. El 60-70% de los participantes estuvieron “Totalmente de acuerdo” con la creación de un ambiente inclusivo y la mejora de las relaciones entre residentes locales, indicando un impacto positivo en la cohesión social.

Tabla 4 Cohesión Social

Pregunta	Promedio (Escala 1-5)	% Totalmente de acuerdo	% De acuerdo	% Neutral	% En desacuerdo	% Totalmente en desacuerdo
4. ¿La comunidad se ha vuelto más unida gracias a las actividades deportivas?	4.3	55%	30%	10%	5%	0%
5. ¿Las actividades me han permitido conocer mejor a otros miembros de la comunidad?	4.4	60%	25%	10%	5%	0%
6. ¿Las actividades deportivas me han ayudado a comprender mejor las diferencias culturales?	4.2	50%	35%	10%	5%	0%

Fuente: Elaborado por los autores

Un porcentaje elevado de los participantes (55-60%) indicaron estar "Totalmente de acuerdo" en que el programa fomentó la unidad en la comunidad y les permitió conocer mejor a otros miembros, lo que sugiere una mejora en la cohesión social. La comprensión de las diferencias culturales obtuvo una respuesta ligeramente más baja, pero aún positiva.

Tabla 5 Satisfacción general con el Programa

Pregunta	Promedio (Escala 1-5)	% Totalmente de acuerdo	% De acuerdo	% Neutral	% En desacuerdo	% Totalmente en desacuerdo
7. ¿Está satisfecho/a con la variedad de actividades ofrecidas en el programa?	4.5	65%	25%	5%	5%	0%
8. ¿El programa cumplió con mis expectativas de inclusión y participación social?	4.4	60%	30%	5%	5%	0%
9. ¿Las actividades fueron adecuadas para su grupo de edad y capacidad física?	4.3	55%	30%	10%	5%	0%
10. ¿Los instructores fueron amables, inclusivos y motivadores?	4.6	70%	25%	5%	0%	0%

Fuente: Elaborado por los autores

La satisfacción con las actividades y la percepción de los instructores fue altamente positiva, con un 60-70% de los participantes indicando estar "Totalmente de acuerdo" con la calidad de las actividades y el enfoque inclusivo del programa.

Tabla 6 Impacto Personal

Pregunta	Promedio (Escala 1-5)	% Totalmente de acuerdo	% De acuerdo	% Neutral	% En desacuerdo	% Totalmente en desacuerdo
11. Participar ha mejorado mi percepción sobre la convivencia en mi comunidad.	4.5	65%	30%	5%	0%	0%
12. Mi relación con otros miembros de la comunidad ha mejorado.	4.6	70%	25%	5%	0%	0%
13. El programa ha aumentado mi sentido de pertenencia a la comunidad del sector Las Mercedes.	4.7	75%	20%	5%	0%	0%

Fuente: Elaborado por los autores

La percepción de un impacto positivo en la convivencia y en las relaciones personales es notable, con más del 65-75% de los participantes "Totalmente de acuerdo" en que el programa ha mejorado su sentido de pertenencia y su conexión con la comunidad.

El promedio general de satisfacción alcanzó un valor de 4.4, cifra que sintetiza una percepción ampliamente favorable del programa “Deporte para la Equidad Social”. Esta valoración se articula con las tendencias que acompañan la Figura 3, donde se observa un reconocimiento sostenido de los vínculos interpersonales construidos durante las actividades, así como de las experiencias asociadas a la inclusión social. La apreciación de la calidad de las propuestas deportivas y del rol desempeñado por los instructores completa este panorama, configurando un patrón de respuestas que tiende a concentrarse en niveles altos de acuerdo y que sugiere un consenso relativamente estable entre los participantes.

Junto a esta valoración positiva, emergen tensiones que atraviesan el diseño del programa. La necesidad de ajustar la duración y la intensidad de las actividades aparece como un punto sensible, vinculado a la diversidad de capacidades físicas

presentes. La Figura 4 acompaña esta lectura al sugerir adaptaciones orientadas a mejorar la accesibilidad, a lo que se suma la distribución de los recursos materiales durante las sesiones. Estos elementos no debilitan el resultado global, pero introducen matices que abren el espacio para una discusión más amplia sobre el equilibrio entre satisfacción general y condiciones concretas de participación.

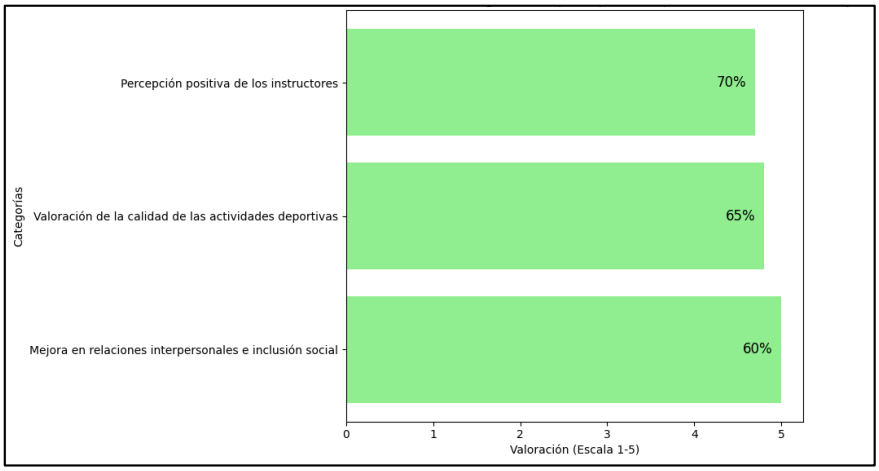

Figura 3 Tendencias positivas en el programa "Deporte para la inclusión social"

Fuente: Elaboración propia

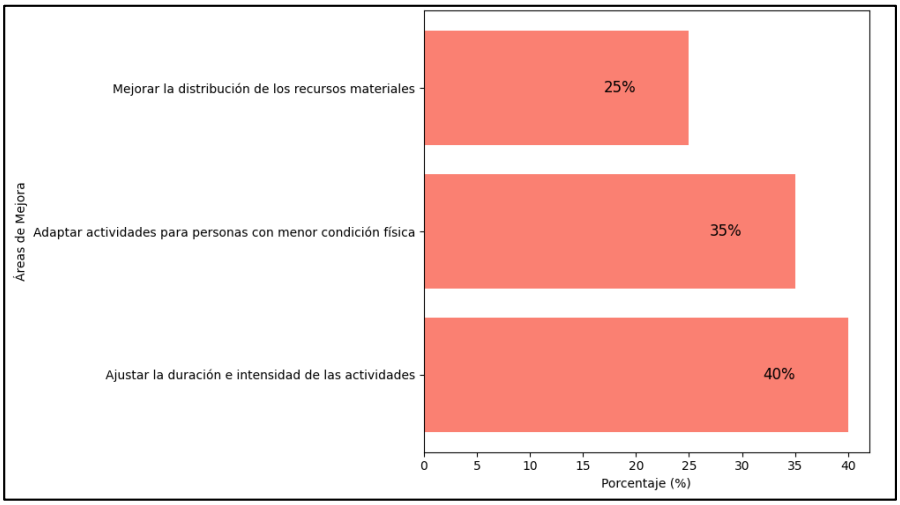

Figura 4 Áreas de mejora en el programa "Deporte para la inclusión social"

Fuente: Elaboración propia

4. DISCUSIÓN

Este estudio revelo que el programa "Deporte para la Equidad Social" tuvo un impacto significativo en la inclusión social y cohesión comunitaria en el sector Las Mercedes, dado que, en los juegos cooperativos y deportes en equipo, los participantes percibieron comodidad en la convivencia y el trabajo en equipo. Esto es coincidente con otros estudios que destacan la efectividad de las actividades grupales para el fortalecimiento de los lazos en comunidades diversas (da Silva Freitas et al., 2023; De Moura & Gusmão, 2025). En cambio, surgieron también, dificultades relacionadas con las barreras sociales y culturales, como las diferencias de origen y las necesidades logísticas, lo que resalta la necesidad de seguir ajustando las actividades para asegurar la accesibilidad y adecuación cultural del programa.

Durante la fase de adaptación, las entrevistas a los participantes permitieron ajustar las actividades de manera pertinente para todos los grupos etarios, subrayando que la creación de un espacio inclusivo fue esencial para la integración, lo cual está en línea con estudios previos que señalan la importancia de adaptar los programas a los contextos locales (D'Angelo et al., 2021). Sin embargo, la investigación reveló la persistencia de barreras sociales y culturales, lo que dificulta una integración total. Estos hallazgos refuerzan la idea de que, en contextos con tensiones sociales preexistentes, incluso los programas inclusivos pueden encontrar obstáculos para generar cohesión completa (Gómez et al., 2024).

En esta misma línea, en la fase de aplicación, el programa evidenció una mejora significativa en la interacción social entre los participantes, particularmente en las actividades de fútbol y baloncesto, lo que coincide con estudios previos que afirman que los deportes de equipo mejoran la cohesión social (Schaillée et al., 2019; Dowling, 2024). En cambio, surgieron muchas dificultades con la intensidad de las actividades, particularmente durante las primeras semanas, ocasionando fatiga excesiva de algunos participantes. Este ajuste en la duración y la intensidad de las actividades refleja una oportunidad de considerar estas particularidades en el diseño y así garantizar la participación activa de todos, inclusive aquellos con menor capacidad física, como señalan otros estudios sobre la importancia de ajustar las actividades para maximizar la inclusión (Morgan & Parker, 2021).

Además, la fase de evaluación mostró un alto nivel de satisfacción general, entre el 60 a 70% de los participantes afirmando que el programa fomentó a más de un ambiente inclusivo, también mejoró las relaciones entre los grupos. Estos resultados son consistentes con Sandoval-Iniesta & Alonso-Roque (2023) y Dobrijević et al. (2020) que

destacan que los efectos positivos del deporte inclusivo en la cohesión comunitaria. En cambio, la percepción de la cohesión social fue mínimamente más baja, en comparación con la inclusión social; lo que sugiere que, aunque se lograron avances significativos, aún existen desafíos en la construcción de relaciones mayormente profundas, lo que coincide con otros estudios, donde la cohesión social mejora gradualmente con el tiempo (Scapin, 2025).

Por último, a pesar de que los resultados positivos resaltan en la investigación, cabe mencionar que una limitación fue la falta de un grupo control, ya que esto dificultó comparaciones más precisas sobre los efectos del programa. Dichos factores, respaldan lo que sugiere da Silva Freitas et al. (2023), quien indica que, el diseño cuasi-experimental no siempre garantiza con certeza que los cambios observados sean exclusivamente atribuibles al programa en estudio, en cambio un análisis longitudinal de los efectos a largo plazo también sería beneficioso para evaluar la sostenibilidad de los resultados, lo que coincide con Perovano-Camargo et al. (2022) y Barrera et al. (2023)que enfatizan que, esta limitación es común en este tipo de investigaciones; puesto que, la implementación de evaluaciones periódicas y a un mayor tiempo de aplicabilidad podría ofrecer información valiosa sobre los efectos duraderos del programa.

5. CONCLUSIONES

El presente estudio evidenció que la adaptación y aplicación del programa "Deporte para la Equidad Social" fue una intervención adecuada para el fortalecimiento de vínculos sociales y la reducción de dinámicas de exclusión en beneficio de los individuos del sector Las Mercedes del Cantón San Lorenzo. Asimismo, las distintas fases del programa, facilitaron la comparabilidad entre estudios previos y la sistematización de los resultados, evidenciando una mejora significativa en la interacción interpersonal de los participantes y en la percepción de inclusión social y sentido de pertenencia. Esto llevó a que, las actividades deportivas adaptadas a más de integrar a individuos de diferentes orígenes y capacidades, promuevan la igualdad de oportunidades y el respeto mutuo.

Sin embargo, también se identificó la necesidad de ajustes en la intensidad y duración de algunas actividades para adaptarse mayormente a las diversas condiciones físicas de los participantes. Además, se evidenció que las tensiones sociales y culturales preexistentes dificultan la integración total de los participantes. A pesar de estos

desafíos, el programa ha logrado resultados positivos y ha proporcionado valiosas lecciones sobre la forma de adaptar iniciativas deportivas a contextos específicos de vulnerabilidad social.

Los resultados también subrayan la importancia de la sostenibilidad de los programas, puesto que, la falta de apoyo institucional podría limitar de cara, la efectividad a largo plazo. Es así como, el estudio enfatiza que, para el éxito y la sostenibilidad de programas deportivos inclusivos, se requiere contar con una estructura organizativa sólida, recursos adecuados y un enfoque flexible para ajustar las actividades a las particularidades intrínsecas de la comunidad.

Por último, cabe mencionar que, este estudio ofrece valiosas perspectivas sobre la forma en que el deporte puede ser utilizado de manera efectiva y reducir la exclusión social en comunidades vulnerables. Además, está dirigido a educadores, desarrolladores de programas comunitarios y la comunidad científica en general; ya que, el trabajo resalta la importancia de adaptar las iniciativas a las realidades locales y de superar las barreras sociales y culturales en beneficio de una verdadera inclusión. Como trabajo futuro sería importante explorar la sostenibilidad de estos programas a lo largo del tiempo e investigar su replicabilidad en otras comunidades con contextos similares.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores declaran que no existen conflictos de interés de ninguna naturaleza en la presente investigación.

REFERENCIAS

Barbosa, M. da S., Monteiro, L. da S., Miranda, R. N., Machado Junior, J. M., & Jurema, H. C. (2025). INCLUSÃO SOCIAL POR MEIO DO ESPORTE. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, *11*(9), 2315–2322. https://doi.org/10.51891/rease.v11i9.20983

Barrera Medina, D. R., Montaño Escobar, E., & Cuero Caicedo, F. B. (2023). Educación y bienestar social: El papel del deporte y lo social. *Código Científico Revista De Investigación*, 4(2), 1095–1118. https://doi.org/10.55813/gaea/ccri/v4/n2/268

Calixto, L. J. F., Navarrete, L. P., Calixto, S. E. M., & Sarco, S. J. V. (2025). El deporte como plataforma para la promoción de los derechos humanos y la lucha contra la desigualdad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (68), 410-418. https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/index

Coalter, F. (2023). Social inclusion-Social inclusion and sport: beating the odds or changing the odds?. In *Handbook of Sport and International Development* (pp. 162-175). Edward Elgar Publishing. https://doi.org/10.4337/9781800378926.00021

da Silva Freitas, G., Gregório Silva Miguel, I., Cravo dos Reis, M., Viacelli Fernandes, D., Mortola Dias, T., de Souza Rodrigues, L., & Graeff, B. (2023). Projetos sociais esportivos: uma revisão de literatura integrativa sobre temas, locais, referenciais, modalidades e desenvolvimento. *Cadernos De Educação*, (67). https://doi.org/10.15210/caduc.vi67.25618

D'Angelo, C., Corvino, C., & Gozzoli, C. (2021). *The challenges of promoting social inclusion through sport: The experience of a sport-based initiative in Italy. Societies, 11 (2), 1–16*. https://doi.org/10.3390/soc11020044

De Moura, E. & Gusmão, D. (2025). O esporte como ferramenta de transformação social: proposta de implantação do Centro Esportivo Turquesa, *Revistaft* 29, https://doi.org/10.69849/revistaft/fa10202509211733

Dobrijević, G., Boljanović, J. Đ., Alčaković, S., & Lazarević, S. (2020). Perception of cohesion in interactive sports teams. *Facta Universitatis, Series: Physical Education and Sport*, 431-438. https://doi.org/10.22190/FUPES180831040D

Dowling, F. (2024). Is sport's 'gateway for inclusion'on the latch for ethnic minorities? A discourse analysis of sport policy for inclusion and integration. *International Review for the Sociology of Sport*, *59*(2), 239-257. https://doi.org/10.1177/10126902231198864

Ferigato, Evandro, Santos, Osmildo Sobral Dos, Souza, Suzy Mary Nunes Lopes De, Messias, José Flavio, Lima, Douglas Leonardo. (2025). Exclusão social: um estudo sobre suas causas e consequências: Social exclusion: a study of its causes and consequences. *RCMOS - Revista Científica Multidisciplinar O Saber*, Brasil, 1(2). https://doi.org/10.51473/rcmos.v1i2.2025.1246

Fernández-Gavira, J., Huete-García, Á., & Velez-Colón, L. (2017). Vulnerable groups at risk for sport and social exclusion. *Journal of Physical Education and Sport*, *17*(1), 312-326. https://doi.org/10.7752/jpes.2017.01047

Gómez Pin, L. S., Sánchez López, R. E., Pin Molina, J. R., & Sánchez Gutiérrez, E. A. (2024). La cohesión social a través de la actividad de recreación en la comunidad: Milagro, Ecuador. *Universidad Y Sociedad*, *16*(S1), 198–204. Recuperado a partir de https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4688

Jeanes, R. & Ryan, L. (2022). Sport, Social Exclusion, and Discrimination. In Lawrence A. Wenner (ed.), *The Oxford Handbook of Sport and Society*, Oxford Academic. https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780197519011.013.41

Karstensen, V., Piskorz-Ryń, O., Karna, W., Lee, A., & Gottschlich, D. (2024). The Role of Sports in Promoting Social Inclusion and Health in Marginalized Communities. *International Journal of Sport Studies for Health*, *7*(3). https://doi.org/10.61838/kman.intjssh.7.3.6

Lange, S., Bolt, G., Vos, S., & Völker, B. (2025). Inclusion of the marginalized: The case of sport participation: A scoping review. *Journal of Global Sport Management*, *10*(3), 431-463. https://doi.org/10.1080/24704067.2024.2317121

Machado, M. A. D. R. (2024). Desporto e igualdade: uma análise crítica das estratégias políticas para a promoção da equidade social. *Revista Contemporânea*, *4*(5), e4330. https://doi.org/10.56083/RCV4N5-098

Martinez Moreno, A., & Ruiz-Callado, R. (2025). Deporte, inclusión y transformación social en contextos urbanos vulnerables: el caso de Lucentum Zona Norte (Alicante,

España). *Sociología Del Deporte*, *6*(1), 1–13. https://doi.org/10.46661/socioldeporte.11876

Montenegro Rueda, M., & Fernández-Cerero, J. (2024). El deporte inclusivo: Un camino hacia la equidad y la igualdad de oportunidades (Inclusive sport: A pathway to equity and equal opportunities). *Retos*, *51*, 356-364. https://doi.org/10.47197/retos.v51.100592

Morgan, H., & Parker, A. (2021). Sport-Based Interventions and Social Inclusion. In: Liamputtong, P. (eds) Handbook of Social Inclusion. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-030-48277-0_99-1

Perovano-Camargo, L., Mataruna-Dos-Santos, L. J., & Tavares da Silva, O. G. (2022). Revisión de proyectos de deportes sociales en Brasil: revisión de actualización, metanálisis cualitativo y percepción de brechas de investigación. *Retos*, *46*, 24-35. https://doi.org/10.47197/retos.v46.91091

Sandoval-Iniesta, A., & Alonso-Roque, J. I. (2023). Hacia la inclusión social a través del deporte: el caso de un programa educativo para menores en conflicto con la ley. *Revista Electrónica Interuniversitaria De Formación Del Profesorado*, *26*(3), 1–14. https://doi.org/10.6018/reifop.569411

Scapin, M. (2025). EDUCAÇÃO FÍSICA E O DESAFIO NA INCLUSÃO SOCIAL. *Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências E Educação*, *11*(9), 3482–3496. https://doi.org/10.51891/rease.v11i9.21162

Schaillée, H., Haudenhuyse, R., & Bradt, L. (2019). Community sport and social inclusion: international perspectives. *Sport in Society*, 22(6), 885–896. https://doi.org/10.1080/17430437.2019.1565380

Sherlock, T. (2024). The Role of Community Sports Programs in Promoting Social Cohesion. *International Journal of Arts, Recreation and Sports*, 3(5), 15–27. https://doi.org/10.47941/ijars.2073

Tuzova, A., Serdov, D., & Pyanzina, E. (2019, November). Social exclusion in a cross-border socio-cultural space. In *International Conference on Sustainable Development of Cross-Border Regions: Economic, Social and Security Challenges (ICSDCBR 2019)* (pp. 362-367). Atlantis Press. https://doi.org/10.2991/icsdcbr-19.2019.72