

# 1.

## **PROGRAMA CULTURAL Y DEPORTIVO FUNDAMENTADO EN LA PEDAGOGÍA SOCIAL, PARA EL MANEJO DEL TIEMPO LIBRE EN PRIVADOS DE LA LIBERTAD: CENTRO PENITENCIARIO DEL MUNICIPIO DE TULUÁ**

**Hernán Darío Rincón Solarte<sup>2</sup>**

**Laura Sofía Clavijo Correa<sup>3</sup>**

**María Elisa Alvarez Ossa<sup>4</sup>**

### **Resumen**

Hacer uso adecuado y satisfactorio del tiempo libre realizando actividades saludables hace parte de la calidad de vida, también aplica para las personas privadas de la libertad. Desde el momento en que una persona, por orden judicial en el marco del debido proceso penal y constitucional, queda privado de su libertad, inicia una nueva etapa en su vida, situación de prisionalización, con la cual tiende a asumir hábitos y costumbres penitenciarias que son poco o nada productivas y el manejo del ocio se constituye en un factor determinante de bienestar. Esta reflexión se deriva del análisis de resultados de un proyecto de semillero titulado<sup>5</sup>, que tuvo como objetivo analizar el aporte de un programa cultural y deportivo

---

<sup>2</sup> Estudiante Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, integrante del Semillero de Investigación *Prácticas Pedagógicas y evaluativas* del Grupo de Investigación Educación y Currículo de la Unidad Central del Valle del Cauca UCEVA, Tuluá, Colombia. hernan.rincon01@uceva.edu.co

<sup>3</sup> Estudiante Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte, integrante del Semillero de Investigación *Prácticas Pedagógicas y evaluativas* del Grupo de Investigación Educación y Currículo de la Unidad Central del Valle del Cauca UCEVA, Tuluá, Colombia. laura.clavijo01@uceva.edu.co

<sup>4</sup> Doctora en Ciencias de la Educación. Unidad Central del Valle del Cauca UCEVA, Tuluá, Colombia. Coordinadora del semillero *Prácticas Pedagógicas y Evaluativas* de la Facultad de Ciencias de la Educación UCEVA y Líder Grupo de Investigación Educación y Currículo. ORCID ID. 0000-0002-4140-7793. mealvarez@uceva.edu.co.

<sup>5</sup> Programa cultural y deportivo para el manejo del tiempo libre, fundamentado en la pedagogía social para procesos de inclusión, en los privados de la libertad en situación jurídica condenados, de la cárcel del municipio de Tuluá. Financiado y radicado en la Vicerrectoría de Investigación y Proyección Social de la Unidad Central del Valle del Cauca UCEVA.

fundamentado en la Pedagogía Social para el manejo del tiempo libre en los internos que se encuentran en situación jurídica condenados del centro penitenciario del municipio de Tuluá, ubicado en el suroccidente de Colombia. La metodología corresponde al enfoque cualitativo con método de Investigación Acción Participación, la recolección de información mediante la observación participante, entrevistas semiestructuradas y diarios de campo y para el procesamiento de la información la técnica de codificación abierta, axial y selectiva. Los resultados obtenidos destacan la importancia de implementar un programa con actividades que promuevan el uso positivo del tiempo libre, ya que se evidenció que pueden mejorar significativamente las condiciones de vida de los internos, el cuidado y la expresión personal, la comunicación, el trabajo en equipo, el aprendizaje de habilidades socioemocionales y la mejora de las relaciones interpersonales, que además facilitan el proceso de reinserción a la sociedad.

**Palabras clave:** Manejo del tiempo libre, Privados de la libertad, Pedagogía social en centros penitenciarios, Programa cultural y deportivo.

## 1. Introducción

Colombia ha estado marcada por una serie de desafíos históricos que han configurado su realidad social, económica y política. Entre estos desafíos se encuentran la violencia, el narcotráfico y la inequidad social, los cuales han contribuido significativamente al aumento de la criminalidad en el país (Defensoría del Pueblo, 2021). En Colombia como en otros países de América latina el hacinamiento en las cárceles y centros penitenciarios es un asunto pendiente por resolver, “Según el informe de la Defensoría del Pueblo, presentado en el Foro La crisis de hacinamiento carcelario: avances y retos para su superación, para 2021 en Colombia se observa un hacinamiento superior del 20%” (Prieto, 2022, p. 1).

El sistema penitenciario colombiano, enfrenta graves problemas estructurales, incluyendo un hacinamiento que supera en promedio el 20% de su capacidad según el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC (2021), también problemas de desigualdad en el trato y privilegios a cambio de prebendas, sobornos, influencias y abuso del cargo por parte de algunos funcionarios, altos niveles de violencia, carencias en salud, alimentación, educación, recreación, elementos de trabajo y falta de infraestructura, como lo menciona (Ávila, 2016). Este exceso de población no solo degrada las condiciones de vida en las

cárceles, sino que además dificulta su administración y genera problemas como la corrupción y la violencia interna.

El proceso de prisionalización genera un impacto considerable en los reclusos, debido a que la prisión representa un entorno cerrado que exige una constante adaptación a las normas oficiales y no oficiales del sistema penitenciario (Moreno y Bueno, 2018). Este proceso no solo produce resultados esperados, como la reducción del comportamiento delictivo, sino que también ocasiona consecuencias no deseadas que perjudican la salud física, emocional y social de las personas privadas de libertad (Quintero, et al., 2015). Entre los efectos más frecuentes se encuentran la ansiedad, el estrés, la distimia (depresión leve y prolongada) y la despersonalización, donde el recluso percibe una pérdida de su identidad individual (Bermúdez, 2006).

Diversos factores influyen en la adaptación al entorno carcelario, como la estructura del establecimiento, el hacinamiento, la duración de la sentencia, la reincidencia y la relación con los familiares (Clemmer, 1940, citado en Altamirano, 2013). Además, las características personales como la edad, el nivel cultural y la trayectoria penal del individuo también son determinantes en este proceso (Bermúdez, 2006). En cuanto a los efectos psicológicos, la autoestima de los reclusos puede verse afectada, aunque algunas investigaciones señalan que la percepción personal puede mejorar tras la liberación (García y Pacheco, 2012).

Asimismo, otros efectos de la prisionalización incluyen la pérdida de intimidad, el control restringido sobre las decisiones propias y el deterioro de los lazos familiares, a pesar de las visitas periódicas (Altamirano, 2013; Moreno y Bueno, 2018). Estos factores no solo influyen en la vida cotidiana dentro de los centros penitenciarios, sino que también impactan la capacidad de los reclusos para mantener relaciones sociales y habilidades interpersonales. Por lo tanto, resulta esencial promover aspectos como la comunicación asertiva, el respeto mutuo y una convivencia saludable para contrarrestar estos efectos negativos (Bermúdez, 2006).

Este artículo presenta una investigación realizada en el Centro Penitenciario de Tuluá. Según la proyección del DANE (2023), Tuluá cuenta con 223.191 habitantes, de los cuales 118.859 son mujeres y 104.332 hombres, en la cárcel de este municipio se estima que hay aproximadamente 998 personas privadas de libertad a la fecha (INPEC, 2024). La intervención socioeducativa se desarrolló en el pabellón 2 de dicha cárcel, comenzando con un diagnóstico abierto para identificar las problemáticas del lugar. Entre los principales problemas

encontrados están: consumo excesivo de sustancias alucinógenas, hacinamiento, reincidencia delictiva, deficiencias en la infraestructura, la seguridad entendida desde control físico del espacio, prevención de la violencia interna, mantenimiento del orden y la protección de los derechos, los servicios de salud y además de problemas en la atención jurídica. Una de las problemáticas más relevantes identificadas fue el manejo inadecuado del tiempo libre, a través de la observación y relatos de los internos.

Por ende, la falta de estrategias adecuadas para gestionar el tiempo libre dentro de las cárceles puede llevar al incremento de actitudes negativas, potenciar conflictos entre internos y reforzar comportamientos delictivos (Defensoría del Pueblo, 2021). Por lo tanto, es crucial que las instituciones penitenciarias implementen programas que promuevan el uso constructivo del tiempo libre, con el fin de mejorar el bienestar físico y emocional de los internos y facilitar su reinserción social. Los estudios han demostrado que los programas recreativos y culturales, si se implementan adecuadamente, no solo contribuyen a una reducción de la violencia, sino que también mejoran las relaciones interpersonales y favorecen una reinserción social más efectiva (Márquez y Valderrama, 2020).

En esta investigación como estrategia para mejorar el manejo del tiempo libre, se desarrolló un programa cultural y deportivo basado en la Pedagogía Social. Los procesos formativos desde la Pedagogía Social se centran en la intervención educativa en contextos vulnerables, promoviendo la inclusión y el desarrollo personal y social (Gómez y Martínez, 2019), fomentando el autocontrol, la cooperación y la reflexión, mediante actividades que abarcaban desde deportes colectivos (Contreras y García, 2011) como el fútbol y el baloncesto, hasta talleres culturales en música, teatro y artes plásticas (González y Ortega, 2021).

La experiencia del Centro Penitenciario de Tuluá demuestra que, con los recursos y la orientación adecuada, es posible transformar los espacios penitenciarios en escenarios de aprendizaje, crecimiento personal y un adecuado proceso de resocialización (Márquez & Valderrama, 2020), desde una perspectiva educativa y rehabilitadora con enfoque cultural y deportivo, que considere el contexto en el que se desarrolla el programa.

Las funciones sociales de los establecimientos carcelarios se centran en el control, la protección y la reintegración de los individuos en la sociedad como se menciona en el art. 4 del Código Penal Colombiano Ley 599 (Congreso de Colombia, 2000, 24 de julio) y en el Código Penitenciario y Carcelario Ley 65 (Congreso de Colombia, 1993, 19 de agosto). Según

Goffman (2001), una institución total se caracteriza por reunir a un grupo de personas que comparten actividades y rutinas durante un largo periodo, mientras permanecen aisladas de la sociedad. Estas instituciones buscan mantener el orden social, castigar los delitos, y ofrecer oportunidades de rehabilitación a las personas privadas de la libertad (PPL) para reducir la reincidencia en el actuar delictivo -Sentencia C-328/16- (Corte Constitucional, 2016).

Sin embargo, Córdoba et al. (2012) sostienen que el sistema ha fracasado en su función de resocializar, ya que las personas encarceladas se vuelven más propensas a cometer nuevos delitos. Lutz (2005), siguiendo a Foucault, señala que las cárceles imponen castigos físicos y generan prácticas ilegales, lo que modifica el comportamiento de los PPL. En el siglo XX, surge el concepto de que la privación de libertad debe estar dirigida hacia la resocialización del individuo, con el objetivo de facilitar su reintegración en la sociedad a través de programas educativos y terapéuticos, lo que representó un avance en la protección de los derechos humanos de los reclusos (Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito ONUDC, 2015). Además de castigar, el sistema penitenciario busca prevenir el delito, mantener la equidad, la justicia, y apoyar a las familias de los reclusos en su resocialización. En la actualidad, el sistema penitenciario tiene como prioridad la prevención del delito y la reintegración social, de acuerdo con lo estipulado en el Código Penal Colombiano Ley 599.

En 1993 se promulgó la Ley 65, que define los lineamientos que rigen la labor del INPEC. Esta ley, conocida como el Código Penitenciario y Carcelario, establece los principios fundamentales y las normativas para la aplicación de sanciones y medidas de aseguramiento.

Cabrera (2010) en su modelo de intervención socioeducativa, destaca que los programas que integran actividades culturales y deportivas pueden tener un impacto positivo y significativo en la inclusión social y el desarrollo personal, diseñados para adaptarse a las necesidades específicas de los participantes y fomentar el bienestar emocional y social. También, Gallant (2014) plantea que es una práctica que ha generado importancia y reconocimiento debido a que se ha evidenciado su incidencia positiva en los privados de la libertad, desempeñando un papel significativo en los procesos de rehabilitación y readaptación a la vida en sociedad.

De acuerdo con Pereda (2016), el deporte como estrategia de intervención dentro del ámbito penitenciario aporta un matiz innovador a la hermética naturaleza carcelaria, de políticas centradas exclusivamente en el castigo y el encierro a otras mucho más humanitarias, que atienden las necesidades de los internos. El deporte cobra un papel esencial dentro del

tratamiento penitenciario. El componente deportivo se centra en la organización de actividades físicas y deportivas, cuyo objetivo no es solo mejorar la condición física de los participantes, sino también fomentar valores fundamentales como la disciplina, la colaboración, el respeto y la superación personal.

Con el propósito de facilitar el desarrollo integral de PPL se implementaron también actividades culturales que promueven la expresión artística, estimulan la creatividad, preservan el patrimonio cultural y fomentan el desarrollo de habilidades. Las actividades pueden abarcar talleres de arte, teatro, música, danza y otras iniciativas que refuercen la identidad cultural de los participantes.

El programa cultural y deportivo se fundamenta en los principios de la pedagogía social, que se define como una disciplina con teoría y práctica, requiere que la sociedad se eduque a sí misma y movilice de manera efectiva sus estructuras y subsistemas para desempeñar adecuadamente su función educativa Volpi (1982). Los procesos pedagógicos son fundamentales en esta sociedad contemporánea que se encuentra en constantes transformaciones con la evolución de la ciencia y la tecnología, exigiendo a las personas el perfeccionamiento continuo.

La pedagogía social se caracteriza como una disciplina centrada en procesos educativos en entornos sociales, con la finalidad de promover el desarrollo humano con trascendencia sociocultural. Esta disciplina emplea enfoques participativos y colaborativos que responden a las necesidades y realidades de los individuos, fomentando así su empoderamiento y la inclusión social. En este sentido, la pedagogía social busca estrategias pedagógicas propicias para la educación no formal, el aprendizaje colectivo y el fortalecimiento comunitario (Perilla y Zapata, 2009).

De acuerdo con Natorp (2001), la pedagogía debe considerar al ser humano en la totalidad de su ser, tanto en su dimensión corporal como psicosocial, porque es así como se integra a la comunidad, y es por ello la trascendencia de la relación de la educación con la comunidad y asimismo, subraya que la comunidad es el medio fundamental para la formación de la voluntad, que es la capacidad que se puede lograr para actuar de manera correcta.

Un programa de intervención fundamentado en Pedagogía Social aporta al desarrollo de habilidades y aprendizajes adaptativos, basados en el fortalecimiento de valores que benefician el desarrollo personal y social, lo que contribuye a crear conciencia cívica, pensamiento crítico, el trabajo colectivo y la convivencia pacífica. Es una práctica orientada

“al bien común y a la mejora de la calidad de vida, con especial dedicación y atención a aquellas personas y grupos en situaciones marginales o carenciales que necesitan integrarse socialmente” (Mendizabal, 2016, p. 63), a aprender a asumir con responsabilidad y compromiso la vida propia y el bienestar colectivo.

## **2. Metodología**

Se emplea un enfoque cualitativo que, según Salgado (2007), entiende el contexto social como un entramado de significados y símbolos interrelacionados, donde la intersubjetividad juega un papel crucial en la comprensión de las realidades de los participantes mediante la interpretación de significados en contextos sociales específicos (Rodríguez et al., 1996) (Hernández et al., 2014). La ruta metodológica se orientó con el método de Investigación Acción Participación, que busca el protagonismo de los sujetos en su propia transformación, partiendo del saber popular, sus propias experiencias y de procesos que desarrollan conciencia en el individuo y reflexión crítica de la realidad para generar los cambios necesarios (Fals Borda, 1985).

Se recopilaron datos que permitieron identificar, validar y ampliar el conocimiento sobre las conductas y experiencias de los PPL, utilizando técnicas como la observación participante, entrevistas semiestructuradas y diarios de campo. La observación, según Campos y Lule (2012), es considerada el método más sistemático para capturar la realidad de manera objetiva. Por otro lado, Herrera (2017) señala que la observación participante brinda una perspectiva inmersiva que facilita la recolección de datos en el entorno natural de los PPL. Las entrevistas semiestructuradas fomentan un diálogo fluido entre el investigador y el entrevistado, creando un ambiente de confianza que propicia la expresión genuina de las experiencias de los participantes, la narración de sus historias vividas. Adicionalmente, el diario de campo se emplea para llevar a cabo un seguimiento constante del proceso investigativo, permitiendo la sistematización y reflexión sobre las observaciones efectuadas.

La población de la investigación fueron 132 PPL del pabellón 2 de la cárcel penitenciaria mediana seguridad de la ciudad de Tuluá, seleccionando de allí una muestra por conveniencia de 25 PPL de dicho pabellón escogidos teniendo en cuenta su aceptación de participar voluntariamente en el desarrollo de la investigación.

La animación sociocultural (ASC) se implementó en el programa cultural y deportivo, como un enfoque de intervención esencial desde la Pedagogía Social, dada la necesidad de una estrategia diferenciada que aborde las particularidades de la población carcelaria. Se realizó el procesamiento de la información mediante codificación abierta, axial y selectiva (Glaser y Strauss, 1967); (Strauss y Corbin, 1990). Lo que permitió identificar códigos y categorías emergentes para el análisis de los hallazgos.

**Categorías emergentes**

**Códigos**

Interacción social – el deporte y las actividades culturales nos acercan a los demás.

Disminuyen comportamientos conflictivos  
 Mejora la comunicación  
 Se expresan y transforman emociones  
 Confianza en sí mismo y en los demás

Crecimiento personal

Cuidado de sí mismo  
 Se descubren talentos

Trabajo en equipo

Respeto a los compañeros  
 Mejora la convivencia

Inclusión social, el deporte y las actividades culturales son para todos.

Escuchar y entender a los demás  
 Solidaridad  
 Aprender a perder  
 Conocer a otros y crean amistades  
 Sensación de logro y tranquilidad  
 Creatividad y crecimiento personal  
 Confianza en otros  
 Motivación  
 Esperanza y propósito de vida  
 Autorregulación  
 Respeto a las normas  
 Proyección a futuro  
 Disciplina  
 Paciencia  
 Esfuerzo por ser mejor  
 Propósito de vida  
 Motivación

Disfrutar y sentir gusto

Salud física

Salud mental

### **3. Resultados y Discusión**

Se presenta este apartado teniendo en cuenta las categorías iniciales y emergentes que hacen parte de la indagación y permitieron dar respuesta al objetivo de la investigación.

#### **3.1 Programa cultural y deportivo como estrategia para el manejo del tiempo libre en privados de la libertad**

El programa cultural y deportivo, fundamentado en los principios de la Pedagogía Social, busca ofrecer a las personas privadas de la libertad (PPL) una forma productiva de gestionar su tiempo libre, promoviendo su crecimiento personal y social. Este enfoque resalta la educación no formal como una herramienta clave en la rehabilitación y reintegración social. La Pedagogía Social, según Freire (1970) y Mounier (2012), subraya la importancia de la educación transformadora que fomente la conciencia crítica y el desarrollo de capacidades reflexivas.

En el contexto penitenciario, actividades como el teatro y el deporte ayudan a los internos a reflexionar sobre sus experiencias y mejorar su perspectiva de vida, mientras que el programa refuerza la colaboración y la vida comunitaria. La implementación del programa reveló que aspectos clave para el aprovechamiento del tiempo libre en cárceles incluyen la interacción social, el crecimiento personal, el trabajo en equipo y la inclusión social, además de identificar los aportes del programa al desarrollo de las PPL.

A través de estas actividades deportivas y culturales, los internos no solo gestionan su tiempo libre de manera productiva, sino que también desarrollan capacidades que les permitirán reintegrarse a la sociedad con una perspectiva renovada.

#### **3.2 Interacción social - el deporte y las actividades culturales nos acercan a los demás**

La interacción social es un proceso innato y esencial en la condición humana, clave para el desarrollo personal y comunitario. Perilla y Zapata (2009) definen la interacción como un vínculo en la convivencia que permite expresar necesidades e intereses, siendo fundamental para la participación democrática y el aprendizaje. En contextos penitenciarios,

a pesar del aislamiento, sigue siendo crucial para la reconfiguración de la identidad y el intercambio de saberes, lo que favorece la resocialización.

PPL1, de 35 años, relata que antes de participar en el taller de teatro, su vida estaba llena de conflictos, pero al involucrarse en actividades como el teatro, mejoró su comunicación y evitó la violencia, encontrando una vía para canalizar sus emociones de manera creativa. Esta experiencia confirma la visión de Freire sobre el arte como herramienta para fomentar la conciencia crítica y el cambio personal.

Por otro lado, PPL2, de 32 años, destaca cómo el taller de música le ofreció una nueva forma de expresarse y mejorar sus relaciones con los demás, lo que refleja el valor de las actividades culturales en la transformación personal y la mejora de la convivencia. Similarmente, el testimonio de PPL1 resalta cómo el deporte, como el baloncesto y el fútbol, se convierten en medios para el autoconocimiento, el respeto y el trabajo en equipo, elementos que favorecen la integración y la autorregulación emocional.

PPL2, de 32 años, comparte su experiencia en los partidos de fútbol, donde aprendió a confiar en sí misma y en los demás, generando un sentido de propósito y camaradería. De manera similar, PPL3, de 40 años, resalta cómo el voleibol le enseñó a apoyar a otros y a manejar la frustración, lo que contribuyó a disminuir las peleas. Además, PPL4, de 28 años, expresó cómo el ejercicio le permitió integrarse socialmente, demostrando cómo el deporte facilita la creación de relaciones y la pertenencia a la comunidad dentro del entorno penitenciario.

### **3.3 Colaboración y Cambio, el Poder del Trabajo en Equipo en Contextos Penitenciarios**

El programa cultural y deportivo promovió el desarrollo del trabajo en equipo como uno de los logros clave para aprovechar el tiempo libre de las personas privadas de la libertad (PPL), destacando su importancia en el fortalecimiento de las interacciones sociales. En contextos de aislamiento como los centros penitenciarios, donde la interacción significativa es limitada, iniciativas que fomenten la colaboración y el trabajo conjunto son esenciales. Tanto las actividades deportivas como las culturales han demostrado ser eficaces para promover este tipo de dinámicas grupales, estimulando la comunicación, la empatía y la cooperación, lo que contribuye al desarrollo integral de los participantes.

Las prácticas culturales y deportivas ofrecen oportunidades para reconfigurar la identidad de los internos, fomentar la solidaridad y propiciar un espacio de aprendizaje mutuo.

Como expresó la PPL2, de 32 años: "El fútbol me ha dado algo más que entretenimiento. He aprendido a escuchar y a entender a los demás, lo que ha mejorado mi relación con mis compañeros. En el campo somos un equipo, y eso nos ha unido." Además, para esta PPL, el deporte significó un renacer: "Sentía que no tenía propósito. Cuando comencé a participar en los partidos de fútbol, comprendí que podía formar parte de un equipo, aprender a confiar en los demás y en mí misma."

Asimismo, la PPL3, de 40 años, reflexiona sobre la importancia del voleibol en su vida, destacando que "El voleibol me ha enseñado que no todo es competir. Aquí aprendí que a veces lo más importante es apoyar a los demás y aprender a perder sin enojarse. Eso ha hecho que las peleas entre nosotros disminuyan mucho." Estas experiencias reflejan cómo el trabajo en equipo, impulsado por el arte y el deporte, no solo facilita la interacción, sino que también promueve el manejo de las emociones, el respeto mutuo y el desarrollo de habilidades sociales.

Desde este enfoque, el trabajo en grupo se presenta como una herramienta esencial para facilitar la transformación tanto a nivel individual como colectivo. Varios autores coinciden en que este tipo de actividades no solo favorecen el desarrollo personal, sino que también crean espacios para la reflexión crítica, lo cual contribuye a la construcción de una cohesión social más sólida. En el contexto del deporte y la cultura, el trabajo grupal desempeña un papel crucial al promover no solo la mejora de habilidades individuales, sino también el fortalecimiento del tejido social y la promoción de cambios en las comunidades (Ornelas, 2024). A través de la interacción en grupo, los participantes tienen la oportunidad de explorar y transformar sus experiencias, generando un mayor sentido de solidaridad y compromiso, aspectos fundamentales para el éxito de los programas culturales y deportivos.

### **3.4 Crecimiento personal en Contextos Penitenciarios**

El crecimiento personal en contextos penitenciarios, especialmente en el marco de programas culturales y deportivos, es un proceso clave para la reintegración social de las personas privadas de libertad (PPL). Estos programas tienen como objetivo no solo prevenir la reincidencia, sino también acelerar la reinserción, al fomentar la colaboración entre internos, funcionarios y familiares en el proceso de reeducación y reinserción. Cabrera (2010) destaca que las actividades culturales y deportivas son herramientas efectivas para la inclusión social, promoviendo el bienestar emocional y el desarrollo personal.

El programa en el Centro Penitenciario de Tuluá, centrado en la expresión individual, el aprendizaje de nuevas habilidades y la mejora de las relaciones interpersonales, ilustra cómo el deporte puede fortalecer la autoestima y el sentido de pertenencia. PPL2, de 32 años, reflexiona: “Al principio, me uní a los partidos de fútbol solo por pasar el tiempo, pero con el tiempo descubrí que estaba aprendiendo a conocerme, cuidarme y además sobre trabajo en equipo y disciplina”. Este testimonio resalta el impacto del deporte en la adquisición de habilidades sociales y valores esenciales como cuidar de sí mismo y de los demás mediante la cooperación.

Asimismo, actividades como la música han permitido a las PPL explorar su creatividad, facilitando el autoconocimiento y el crecimiento personal. PPL3, de 40 años, comenta: “En el taller de guitarra, he encontrado algo que me da calma y una sensación de logro. Cuando toco, los problemas desaparecen”. Esta experiencia se alinea con la teoría del flujo de Csikszentmihalyi (2002), que subraya cómo las actividades creativas favorecen el bienestar emocional al generar una profunda inmersión en la actividad.

Los testimonios indican que las actividades deportivas y culturales no solo proporcionan un respiro de la vida carcelaria, sino que también fomentan habilidades sociales esenciales. PPL4, de 28 años, expresa: “Nunca había jugado baloncesto antes, pero al participar en estos juegos, me di cuenta de que podía conectar con otros internos de una manera diferente”. Este tipo de interacciones facilita la creación de vínculos basados en la confianza y el respeto, esenciales para la convivencia.

El enfoque de la pedagogía social, aplicado a estas actividades, ha demostrado ser una herramienta eficaz para la rehabilitación integral de las PPL. Este enfoque, como destacan Freire (1989) y otros estudios (Meek & Lewis, 2014), promueve el desarrollo de valores como el respeto y la empatía, fundamentales para la reintegración. PPL5, de 42 años, agrega: “Participar en las actividades deportivas me ayudó no solo a mejorar mi estado físico, sino también a sentirme más motivado”. Estas intervenciones proporcionan un espacio para la reflexión sobre la conducta y contribuyen a la adopción de metas constructivas para el futuro.

Por ende, los programas culturales y deportivos basados en la pedagogía social no solo ocupan el tiempo libre de las PPL de manera positiva, sino que contribuyen significativamente a su crecimiento personal, al desarrollo de habilidades esenciales y a la creación de un entorno de cooperación. Estos programas facilitan la transición hacia una reinserción social más efectiva, al tiempo que refuerzan la autoestima, el trabajo en equipo y el manejo de emociones,

lo que mejora la convivencia dentro del centro penitenciario y prepara a las PPL para una reintegración exitosa en la sociedad.

### **3.5 Inclusión social, el deporte es para todos**

La implementación del programa cultural y deportivo en el Centro Penitenciario de Tuluá ha demostrado que el deporte puede ser una herramienta inclusiva, adaptándose a las necesidades de las personas privadas de la libertad (PPL). Este enfoque no solo fomenta el bienestar físico, sino que también proporciona una estructura que mejora la vida diaria dentro del centro.

Según la PPL1 (35 años), "El deporte aquí no se trata solo de patear un balón, sino de aprender a colaborar en equipo, respetar las reglas y esforzarme cada día por ser mejor," destacando el valor educativo del deporte, que va más allá del ejercicio físico, enseñando habilidades como el trabajo en equipo y la autodisciplina.

La PPL2 (32 años) señala: "Antes, el día se me hacía interminable. Ahora, con los partidos de baloncesto, siento que tengo algo que esperar. Me ha dado una razón para mantenerme activo y concentrado," evidenciando cómo el deporte ayuda a los internos a gestionar su tiempo y motivación.

La PPL3 (40 años) comenta: "Nunca pensé que podría encontrar algo que me gustara tanto. El taller de acondicionamiento físico me ha ayudado a sentirme más fuerte, no solo físicamente, sino también mentalmente," subrayando cómo la actividad física puede ser una fuente de fortaleza emocional y mental.

Según Cabrera (2010), los programas socioeducativos que incluyen actividades deportivas facilitan la inclusión social, mejorando tanto el bienestar físico como emocional. Esta idea se respalda en la teoría de Pierre Bourdieu, que destaca el deporte como un espacio para reconstruir la identidad y desarrollar habilidades interpersonales clave para la reintegración social.

Los testimonios de los internos reflejan cómo las actividades deportivas favorecen la transformación personal y la mejora de la convivencia. La PPL2 (32 años) agrega: "Al principio, me uní a los partidos de fútbol solo para pasar el tiempo, pero con el tiempo descubrí que estaba aprendiendo más sobre trabajo en equipo y disciplina," mostrando que el deporte fomenta valores como la cooperación y el respeto. Además, la PPL4 (28 años) menciona: "Nunca había jugado baloncesto antes, pero al participar en estos juegos, me di cuenta de

que podía conectar con otros internos de una manera diferente. Aprendí a confiar y respetar a mis compañeros," ilustrando cómo el deporte facilita la creación de vínculos sociales.

Por ello, el deporte no solo promueve la inclusión social, sino que actúa como una poderosa herramienta para la rehabilitación y la resocialización de las PPL, reforzando valores fundamentales como el respeto, el trabajo en equipo y la disciplina, esenciales para su reintegración en la sociedad.

#### **4. Conclusiones**

La implementación de programas culturales y deportivos basados en la Pedagogía Social ofrece una alternativa efectiva para mejorar las condiciones en las cárceles y preparar a las PPL para una futura reinserción a la sociedad. El programa generó la posibilidad de aprender a colaborar, respetar reglas y gestionar emociones, reforzó en los internos la capacidad de enfrentar los desafíos de la vida dentro y a futuro fuera del centro penitenciario.

Se ha evidenciado que el deporte es para todos, independientemente de las circunstancias, ha proporcionado a las PPL la oportunidad de desarrollarse tanto en lo físico como en lo emocional, contribuyendo a una mejora general de su calidad de vida dentro del centro penitenciario.

El programa cultural y deportivo demostró que se fortalecen las relaciones interpersonales, promoviendo una cultura de respeto, empatía y trabajo en equipo dentro del centro penitenciario, permitiendo una convivencia pacífica y una mayor cohesión entre los internos. Ha demostrado ser una herramienta eficaz para mejorar el manejo del tiempo libre, promoviendo un cambio positivo en su comportamiento y en la forma en que enfrentan su tiempo de reclusión. Sumado a esto, en una oportunidad de expresarse culturalmente, descubrir talentos, habilidades y proyectos de vida.

#### **Referencias bibliográficas**

Altamirano, Z. (2013). El bienestar psicológico en prisión: antecedentes y consecuencias. [tesis doctoral], Universidad Autónoma de Madrid.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=39129>

Ávila, H. (2016). El sistema penitenciario colombiano y los derechos. *Revista Jurídica Primera Instancia*. Número 7, Volumen 4. Julio-diciembre 2016. PP. 119-142.

- Bermúdez, J. (2006). *Factores psicosociales en la adaptación penitenciaria*. Editorial Universidad Nacional de Colombia.
- Cabrera, L. (2010). *Intervención Socioeducativa: Estrategias y Modelos*. Ediciones Morata.
- Contreras, O. y García, L. (2011). *La enseñanza de los deportes colectivos: Una perspectiva comprensiva*. Editorial Síntesis.
- Congreso de Colombia. (2000, 24 de julio). **Ley 599**. Por la cual se expide el Código Penal. *Diario Oficial* No. 44.097. <https://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1663230>
- Congreso de Colombia. (1993, 19 de agosto). **Ley 65 de 1993**. Por la cual se expide el Código Penitenciario y Carcelario. *Diario Oficial* No. 40.099. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/BDL/2008/6500.pdf>
- Córdoba, M., Gómez, A. y Perea, R. (2012). *El fracaso del sistema penitenciario: La reinserción social de los reclusos*. Editorial Jurídica.
- Corte Constitucional de Colombia (2016). Sentencia C-328/16- <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/2016/c-328-16.htm>.
- DANE (2023). *Juntos por el territorio*. Ficha DER Subregiones. Subregión Valle del Cauca. <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Desarrollo%20Territorial/Portal%20Territorial/NuevosMandatarios/VALLEDELCAUCA.pdf>
- Defensoría del Pueblo. (2021). *Informe sobre la situación penitenciaria en Colombia*. <https://www.defensoria.gov.co>
- García, N. y Pacheco M. (2012). *La Construcción Subjetiva de las Consecuencias del Encarcelamiento: el Punto de Vista del Recluso* *Acción Psicológica*, vol. 9, núm. 2, pp. 21-33. <https://www.redalyc.org/pdf/3440/344030770003.pdf>
- Glaser, B. y Strauss, A. (1967). *The Discovery of Grounded Theory*. Sociology Press.
- Strauss, A. y Corbin, J. (1998). *Techniques and Procedures for Developing Grounded Theory*. Second Edition.
- Fals Borda, O. (1985). *Conocimiento y poder popular: lecciones con campesinos de Nicaragua, México y Colombia: estudio preparado para los grupos de base y para la Oficina Internacional del Trabajo*. Punta de Lanza y Siglo XXI Editores.
- Gallant, D. (2014). *Utilización del deporte como recurso de reinserción en centros penitenciarios*. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 10(35), 89-105.
- Gómez, P., y Martínez, L. (2019). *Pedagogía social y resocialización en contextos penitenciarios*. *Revista de Educación y Desarrollo Social*, 17(2), 45-60.

- González, A., y Ortega, S. (2021). Deporte y cultura como estrategias para la resocialización en el sistema penitenciario colombiano. *Revista de Educación y Justicia Social*, 14(3), 85-99.
- Goffman, E. (2001). *Internados: Ensayos sobre las situaciones sociales de los enfermos mentales* (1ª ed. 3ª reimp.). Amorrortu editores.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6ª ed.). McGRAW-HILL / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- INPEC. (2021). Estadísticas del sistema penitenciario colombiano. <https://www.inpec.gov.co>
- INPEC. (2024). Registro de la población privada de la libertad. Aplicativo Sisipec Web II. <https://www.inpec.gov.co/registro-de-la-poblacion-privada-de-la-libert>
- Márquez, R., y Valderrama, C. (2020). El impacto de los programas recreativos en la reducción de la violencia carcelaria. *Journal of Social Rehabilitation*, 6(1), 23-38.
- Moreno, C. y Bueno, N. (2018). Consecuencias psicológicas y propuestas de mejora ante el encarcelamiento de larga duración. *Congreso Internacional De Psicología Jurídica Y Forense*. pp. 312–314. <https://goo.su/Qx90zR>
- Natorp, P. (2001). *Pedagogía Social: teoría de la educación de la voluntad sobre la base de la comunidad*. Biblioteca Nueva. [original, en alemán, en 1899, la traducción al español, con introducción del autor, en Ediciones La Lectura, en el año 1915].
- Lutz, D. (2005). *Scientia poética*. Editorial De Gruyter. <https://www.buscalibre.com/int-es/libro-2005/9783112422236/p/55877340>
- Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito ONUDC. (2015). Reglas mínimas de las Naciones Unidas para el tratamiento de los reclusos. Reglas Nelson Mandela. <https://n9.cl/033cy>
- Ornelas, A. (2024). Nudos problemáticos del trabajo con grupos en la formación y el ejercicio profesional. *Trabajo Social UNAM*, (31), 45–55. <https://doi.org/10.22201/ents.20075987p.2022.31.86743> (Original work published 25 de septiembre de 2023)
- Pereda, A. (2016). El deporte como medio de rehabilitación y reinserción social. *Revista Electrónica De Derecho De La Universidad De La Rioja (REDUR)*, (14), 257–294. <https://doi.org/10.18172/redur.4156>
- Perilla, J., y Zapata, M. (2009). *La pedagogía social: Enfoques y perspectivas para la inclusión y el desarrollo social*. Editorial Magisterio.

[https://www.academia.edu/39242537/LA\\_EDUCACION\\_INCLUSIVA\\_UNA ESTRATEGIA\\_DE\\_TRANSFORMACION\\_SOCIAL](https://www.academia.edu/39242537/LA_EDUCACION_INCLUSIVA_UNA ESTRATEGIA_DE_TRANSFORMACION_SOCIAL)

- Prieto, L. (2022). Las cárceles en Colombia: ¿espacios de resocialización o de violación de los derechos humanos? Línea de Investigación en Convivencia y Seguridad Ciudadana, Pares Fundación paz y reconciliación. <https://www.pares.com.co/post/las-carceles-en-colombia-espacios-de-resocializacion-o-de-violacion-de-los-derechos-humanos>
- Quintero, C., Jiménez, J., Riaño, M. y Zúñiga, I. (2015). Sintomatología psicológica en población reclusa del establecimiento carcelario de Bogotá. Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología, 15 (1), pp. 53-66. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5559770>
- Rodríguez, G., Gil, J. y García, E. (1996). Metodología de la investigación cualitativa. Ediciones Aljibe.
- Volpi, M. (1982). *Pedagogía social: Una perspectiva para la educación popular*. Editorial Magisterio. <https://www.redalyc.org/pdf/4815/481554869007.pdf>