

**EL BICITURISMO COMO DEPORTE SOCIAL PARA LA  
RESIGNIFICACIÓN DE IDENTIDAD EN MUJERES VÍCTIMAS  
DEL CONFLICTO ARMADO QUE RESIDEN EN EL BARRIO  
TORRENTES DEL MUNICIPIO DE SOACHA**

**CARLOS ANDRÉS LEÓN CASTAÑEDA  
MAYRA ALEJANDRA MORENO LARA  
MARÍA CATALINA OROZCO PINO  
ROVISON FERNEY VILLABÓN SÁNCHEZ**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA  
LICENCIATURA EN DEPORTE  
BOGOTÁ, COLOMBIA**

**2021**

**EL BICITURISMO COMO DEPORTE SOCIAL PARA LA  
RESIGNIFICACIÓN DE IDENTIDAD EN MUJERES VÍCTIMAS  
DEL CONFLICTO ARMADO QUE RESIDEN EN EL BARRIO  
TORRENTES DEL MUNICIPIO DE SOACHA**

**CARLOS ANDRÉS LEÓN CASTAÑEDA  
MARÍA CATALINA OROZCO PINO  
MAYRA ALEJANDRA MORENO LARA  
ROVISON FERNEY VILLABÓN SÁNCHEZ**

**TRABAJO DE GRADO PRESENTADO COMO REQUISITO  
PARCIAL PARA OPTAR AL TÍTULO DE:  
LICENCIADO EN DEPORTE**

**TUTOR:  
ALEJANDRO VILLANUEVA BUSTOS**

**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL  
FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA  
LICENCIATURA EN DEPORTE  
BOGOTÁ, COLOMBIA  
2021**

## **Agradecimientos**

El grupo agradece a Dios por darnos la posibilidad y el tiempo de culminar este bello y arduo trabajo.

A nuestros seres queridos por su apoyo incondicional, su constante compañía y aportes a la construcción de este proyecto a través de sus consejos y su infinito amor.

Al profesor Alejandro Villanueva Bustos, por la confianza y guía, lo que constituye para nosotros no sólo una enseñanza a nivel profesional sino personal; ya que sentimos gran admiración hacia usted y es una fuente de inspiración para continuar nuestro camino en el cual volvamos a coincidir académicamente.

A las mujeres que participaron del proyecto, especialmente a Blanca y Milena; quienes nos dedicaron tiempo y espacio, para contribuir a nuestro aprendizaje y compartieron con nosotros aspectos importante de sus vidas.

# Contenido

Pág.

|          |   |           |
|----------|---|-----------|
| <b>1</b> | <b>Capítulo I: Introducción .....</b>                                       | <b>9</b>  |
| <b>2</b> | <b>Capítulo II: Planteamiento del problema.....</b>                         | <b>12</b> |
| 2.1      | Pregunta problema.....  | 15        |
| <b>3</b> | <b>Capítulo III: Marco referencial.....</b>                                 | <b>16</b> |
| 3.1      | Categorías de análisis .....  | 21        |
| 3.1.1    | Deporte social y bicicleta como facilitador para reconocer el entorno ..... | 21        |
| 3.1.2    | Mujer colombiana y conflicto armado.....                                    | 22        |
| 3.1.3    | Construcción de identidad en el marco del posconflicto .....                | 23        |
| <b>4</b> | <b>Capítulo IV: Objetivos .....</b>   | <b>24</b> |
| 4.1      | Objetivo general .....  | 24        |
| 4.2      | Objetivos específicos.....  | 24        |
| <b>5</b> | <b>Capítulo V: Justificación.....</b>                                       | <b>25</b> |
| <b>6</b> | <b>Capítulo VI: Marco teórico .....</b>                                     | <b>27</b> |
| 6.1      | Contexto de Soacha .....  | 27        |
| 6.1.1    | Ubicación.....  | 27        |
| 6.1.2    | Características de la población .....                                       | 29        |
| 6.1.3    | Soacha como municipio receptor de víctimas del conflicto armado .....       | 30        |
| 6.2      | Conflicto armado en Colombia .....  | 33        |
| 6.2.1    | Mujeres en el conflicto armado .....  | 40        |
| 6.3      | Biciturismo .....   | 45        |
| 6.3.1    | Beneficios del Biciturismo .....  | 47        |
| 6.3.2    | El Biciturismo en Bogotá .....  | 49        |
| 6.4      | Deporte social comunitario y Biciturismo .....                              | 51        |
| 6.5      | Identidad.....  | 52        |
| <b>7</b> | <b>Capítulo VII: Marco legal sobre conflicto armado .....</b>               | <b>57</b> |
| 7.1      | Legislación internacional .....   | 57        |
| 7.2      | Legislación nacional.....   | 58        |
| 7.2.1    | Acuerdo de paz con las FARC-EP y el deporte.....                            | 61        |
| 7.2.2    | Legislación especial para las mujeres víctimas del conflicto armado .....   | 61        |

|           |  |            |
|-----------|--|------------|
| <b>8</b>  | <b>Capítulo VIII: Metodología .....</b>                      | <b>64</b>  |
| 8.1       | Enfoque .....  | 64         |
| 8.2       | Tipo .....   | 65         |
| 8.3       | Diseño.....  | 65         |
| 8.4       | Herramientas de recolección de información.....              | 67         |
| 8.4.1     | Diario de campo.....   | 67         |
| 8.4.2     | Entrevistas .....  | 68         |
| <b>9</b>  | <b>Capítulo IX: Resultados.....</b>                          | <b>73</b>  |
| 9.1       | Caracterización de la población .....                        | 73         |
| 9.1.1     | Fichas de inscripción .....                                  | 73         |
| 9.1.2     | Entrevistas semiestructuradas y estructuradas.....           | 76         |
| 9.2       | Implementación del biciturismo.....                          | 78         |
| 9.3       | Incidencia del biciturismo .....                             | 92         |
| 9.3.1     | Naturaleza.....  | 92         |
| 9.3.2     | Tensiones entre las dinámicas de Exclusión - Inclusión ..... | 93         |
| 9.3.3     | Libertad.....  | 96         |
| 9.3.4     | Trabajo en equipo .....                                      | 97         |
| 9.3.5     | Identidad .....  | 98         |
| <b>10</b> | <b>Capítulo X: Conclusiones.....</b>                         | <b>101</b> |
| <b>11</b> | <b>Bibliografía.....</b>                                     | <b>104</b> |
|           | <b>Anexo A: matriz del estado del arte .....</b>             | <b>108</b> |
|           | <b>Anexo B: diarios de campo.....</b>                        | <b>120</b> |
|           | <b>Anexo C: entrevistas semiestructuradas.....</b>           | <b>155</b> |
|           | <b>Anexo D: entrevistas estructuradas .....</b>              | <b>167</b> |
|           | <b>Anexo E: diarios reflexivos .....</b>                     | <b>172</b> |

## Lista de figuras

|  | <b>Pág.</b> |
|--|-------------|
| Figura 1. Esquema de construcción del estado del arte. Elaboración propia.....   | 16          |
| Figura 2. Porcentajes por palabras clave. Elaboración propia. ....   | 19          |
| Figura 3. Porcentajes por tipo de documento. Elaboración propia. ....  | 19          |
| Figura 4. Porcentaje de documento por país. Elaboración propia. ....   | 20          |
| Figura 5. Porcentaje por periodo de tiempo. Elaboración propia. ....   | 20          |
| Figura 6. Ubicación de Soacha en el departamento de Cundinamarca. Elaboración propia.<br>.....   | 28          |
| Figura 7. Ubicación de Soacha con respecto a Bogotá y municipios aledaños. ....  | 28          |
| Figura 8. Porcentaje de personas sujeto de atención respecto al total del departamento de<br>Cundinamarca. Datos RUV. Fuente, Elaboración propia. ....   | 31          |
| Figura 9. Cifras de los hechos victimizantes cometidos contra las mujeres. ....  | 44          |
| Figura 10. Acuerdos internacionales ratificados por el estado colombiano. Fuente: (Unidad<br>para las víctimas, 2018). Elaboración propia.....   | 62          |
| Figura 11. Leyes colombianas que brindan atención integral a personas víctimas de<br>violencia de género en el conflicto armado. Fuente: (Unidad para las víctimas, 2018).<br>Elaboración propia. .... | 62          |
| Figura 12. Elementos que componen el enfoque cualitativo. ....   | 65          |
| Figura 13. Formato del diario de campo. Elaboración propia. ....   | 68          |
| Figura 14. Ficha de preinscripción. Elaboración propia. ....   | 69          |
| Figura 15. Formato de entrevista estructurada. Elaboración propia. ....  | 70          |
| Figura 16. Formato de entrevista semiestructurada. Elaboración propia.....   | 71          |
| Figura 17. Formato del consentimiento informado. Elaboración propia. ....  | 72          |
| Figura 18. Recorrido Parque Canoas. Fuente: Google Earth.....  | 82          |
| Figura 19. Recorrido Mirador de Soacha. Fuente: Google Earth. ....   | 84          |
| Figura 20. Recorrido Sibaté. Fuente: Google Earth.....   | 85          |
| Figura 21. Recorrido Montañas de Ciudad Verde. Fuente: Google Earth.....   | 87          |
| Figura 22. Recorrido Parque Chicaque. Fuente: Google Earth. ....   | 88          |
| Figura 23. Arriba: recorrido Soacha-Bogotá. Abajo: recorrido por el sendero a Monserrate.<br>Fuente: Google Earth. ....  | 90          |

Figura 24. Grupo de WhatsApp creado con los contactos de las señoras que asistieron a la sesión..... 126

## Lista de tablas

|  | <b>Pág.</b> |
|--|-------------|
| Tabla 1. Matriz del estado del arte.....                       | 18          |
| Tabla 2. Participantes que se inscribieron en el proyecto..... | 75          |
| Tabla 3. Categorías de análisis. Elaboración propia.....       | 92          |

## Lista de ilustraciones

|   |     |
|---|-----|
| Ilustración 1. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2020). ..... | 125 |
| Ilustración 2. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2020). ..... | 126 |
| Ilustración 3. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2021). ..... | 128 |
| Ilustración 4. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2021). ..... | 129 |
| Ilustración 5. [Catalina Orozco]. (Soacha, 2021). .....   | 131 |
| Ilustración 6. [Mayra Moreno]. (Soacha, 2021). .....      | 132 |
| Ilustración 7. [Carlos León]. (Soacha, 2021). .....       | 134 |
| Ilustración 8. [Carlos León]. (Soacha, 2021). .....       | 135 |
| Ilustración 9. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021). .....     | 136 |
| Ilustración 10. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021). .....    | 137 |
| Ilustración 11. [Blanca Piamba]. (Sibaté, 2021). .....    | 140 |
| Ilustración 12. [Blanca Piamba]. (Sibaté, 2021). .....    | 141 |
| Ilustración 13. [Mayra Moreno]. (Soacha, 2021). .....     | 144 |
| Ilustración 14. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021). .....    | 145 |
| Ilustración 15. [Carlos León]. (Soacha, 2021). .....      | 147 |
| Ilustración 16. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021). .....    | 148 |
| Ilustración 17. [Blanca Piamba]. (Bogotá, 2021). .....    | 150 |
| Ilustración 18. [Catalina Orozco]. (Bogotá, 2021). .....  | 151 |



# 1 Capítulo I: Introducción

En el siguiente trabajo de grado se plantea una propuesta pedagógico-deportiva mediante la práctica del biciturismo para resignificar la identidad de mujeres que fueron afectadas con diversos hechos victimizantes dentro del conflicto armado colombiano y que actualmente residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha en el departamento de Cundinamarca.

En concordancia con lo anterior, se desarrolla en el capítulo II el planteamiento del problema, luego se realiza un rastreo documental con las palabras clave bicicleta, conflicto armado y práctica social, biciturismo, mujer y conflicto armado, ciclismo urbano, posconflicto y reconstrucción de valores; lo cual genera el capítulo III denominado marco referencial. Posteriormente se plantea en el capítulo IV los objetivos, justificación en el capítulo V y el marco teórico en el capítulo VI.

Dentro del capítulo VI, se destacan las secciones asociadas a la descripción del municipio de Soacha con el fin de reconocer porqué es una ubicación de interés para las víctimas del conflicto armado, el rol de la mujer en el marco de un conflicto armado, las características y beneficios de la práctica deportiva del biciturismo y se desarrolla el concepto de identidad.

En el capítulo VII se hace una descripción del marco legal en el cual se señala la legislación internacional y nacional asociada con el conflicto armado, así como aspectos básicos del acuerdo

de paz con las FARC-EP y una sección exclusiva del marco normativo para mujeres víctimas de conflicto armado en Colombia.

En el capítulo VIII, se indica la metodología mediante la cual se va a desarrollar el proyecto, la cual corresponde a un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo con un diseño basado en la investigación-acción de carácter participativo, con instrumentos de recolección de datos asociados a entrevistas estructuradas, semiestructuradas y diarios de campo.

Con la información recopilada se desarrolla el capítulo IX, cuyo objetivo es mostrar los resultados del proyecto en tres secciones: 1) caracterización de la población, 2) implementación del biciturismo y 3) incidencia del biciturismo. Como resultados destacables de estas tres categorías se tiene que las mujeres víctimas de conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, es una población que tiene varias necesidades de las que se destacan la falta de oportunidades para acceder a un trabajo que les garantice un salario adecuado con prestaciones legales, posibilidad de desarrollar estudios superiores para sus hijos, acceso a mejores servicios de salud y acciones de reparación integral. En cuanto al desarrollo del proyecto con la población que participó, se describen los recorridos realizados en los alrededores del municipio de Soacha junto con elementos pedagógicos y deportivos que tienen como fin aportar a la resignificación de la identidad que luego se valoró mediante el análisis de la información recogida en las entrevistas y diarios de campo que generaron las siguientes categorías: libertad, naturaleza, inclusión, trabajo en equipo e identidad.

Las categorías anteriores, permiten indicar que las mujeres que participaron del proyecto en el marco de una pandemia; reafirmaron su sentido de libertad, ganaron confianza lo que les permitió sentirse incluidas en las actividades para proponer recorridos y hacer participes a sus familiares y amigos, desarrollaron vínculos afectivos con nuevas personas mediante el trabajo en equipo y al estar en contacto con la naturaleza se identificaron con sus lugares de origen. La unión de los elementos anteriores, da cuenta de que la propuesta empleada es un primer paso para la resignificación de la identidad en este tipo de población dado sus múltiples particularidades y problemáticas, las cuales se pueden mitigar o tratar de resolver, mediante proyectos similares que usen el deporte como elemento central.

## 2 Capítulo II: Planteamiento del problema

El conflicto armado que afecta a Colombia se ha caracterizado por ser un periodo de tiempo que ha dejado grandes cicatrices en la historia del país, a partir de una violencia tortuosa que genera heridas; muchas de las cuales siguen vigentes recordándoles a las víctimas el dolor y destrucción que sufrieron. Las mujeres son uno de los grupos de víctimas principales, porque en muchos casos al vivir en zonas rurales, perdieron sus hogares al ser desplazadas por los diferentes grupos armados y sus familias fueron reclutadas, secuestradas o asesinadas; lo que significó un cambio total en su vida al tener que desplazarse a otro lugar para iniciar de nuevo.

Teniendo como referencia la situación anterior, la Corte Constitucional de Colombia emitió el Auto 092 de 2008<sup>1</sup>, en el cual indica 10 tipos de riesgo de género a los que están expuestas las mujeres como consecuencia del conflicto armado. Estos son:

(i) violencia sexual, explotación sexual o abuso sexual; (ii) explotación o esclavización para ejercer labores domésticas y roles considerados femeninos en una sociedad con rasgos patriarcales, por parte de los actores armados ilegales; (iii) reclutamiento forzado de sus hijos e hijas por los actores armados al margen de la Ley, (iv) contacto o de las relaciones; familiares o personales -voluntarias, accidentales o presuntas- con los integrantes de alguno de los grupos armados ilegales, o fuerza pública; (v) pertenencia a organizaciones sociales, comunitarias o políticas de mujeres, o de sus labores de liderazgo y promoción de los derechos humanos; (vi) persecución y asesinato por las estrategias de control coercitivo; (vii) asesinato o desaparición de

---

<sup>1</sup> Ordenes específicas sobre la población en situación de desplazamiento.

su proveedor económico o por la desintegración de sus grupos familiares y de sus redes de apoyo material y social; (viii) despojo de sus tierras y su patrimonio con mayor facilidad por los actores armados ilegales; (ix) condición de discriminación y vulnerabilidad acentuada de las mujeres indígenas y afrodescendientes; y (x) pérdida o ausencia de su compañero o proveedor económico durante el proceso de desplazamiento (Corte Constitucional, 2008).

Como consecuencia de estos riesgos, se ha desarrollado un marco legal en el que se destacan las siguientes normas: Ley 1448 de 2011, “Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones”. Ley 1257 de 2008, “Por la cual se dictan normas de sensibilización, prevención y sanción de formas de violencia y discriminación contra las mujeres, se reforman los Códigos Penal, de Procedimiento Penal, la Ley 294 de 1996 y se dictan otras disposiciones”. Documento conpes 3784 de 2013, en donde se establecen “los lineamientos de la Política Pública para la prevención de riesgos, la protección y garantía de los derechos a las mujeres víctimas del conflicto armado”.

Este ordenamiento jurídico es una herramienta para que el Estado colombiano implemente acciones que ayuden con la reparación integral, sin embargo; hay evidencias que indican que su aplicación no ha sido efectiva tal como lo menciona (Martínez, 2018, pág. 347) “Algunas causas se identificaron en la falta de claridad en las competencias que corresponden a las autoridades locales y municipales, frente a las competencias de entes nacionales, y falta de participación de dichas autoridades en la reglamentación de las medidas. Por tanto, se puede concluir que hasta el momento se han quedado cortas las capacidades institucionales y presupuestales de las autoridades locales, sobre todo de algunos municipios con cifras mayores de víctimas, lo cual ha

---

impactado en demoras o falta de asistencia”, de modo similar el documento denominado Séptimo Informe sobre la implementación de la Ley de Víctimas y Restitución de Tierras al Congreso de la Republica 2019 – 2020, destaca en sus conclusiones:

Los avances a nueve años de promulgada la Ley 1448 de 2011 siguen siendo confusos por cuanto el Ministerio del Interior, que tiene a su cargo la responsabilidad de apoyar técnicamente su elaboración, reconoce una limitada capacidad para llevar a cabo esta actividad de cara a la totalidad de los municipios del país que requieren contar con este instrumento y durante la vigencia de 2019 asistió técnicamente a 71 entidades territoriales. Esta circunstancia plantea retos importantes para el cumplimiento de los principios de actuación de las entidades en materia de prevención, protección y garantías de no repetición en los niveles nacional y territorial.

Con base en el panorama anterior, se ha identificado en el municipio de Soacha Cundinamarca en el Barrio Torrentes; un grupo de mujeres que sufrieron desplazamiento forzado y otros actos que atentaron contra su integridad, en charlas desarrolladas con ellas manifestaron que pese a poseer una vivienda propia recibida como indemnización y a recibir talleres asociados con su condición de víctima, sienten que en varias ocasiones los temas de los talleres no concuerdan con sus necesidades; en particular con aquellas relacionadas con el empleo, salud, inclusión social tanto en el municipio de Soacha como en la ciudad de Bogotá y en general con la mejora en su calidad de vida, tal como lo precisa la señora Luz Stella Pineda<sup>2</sup> en el siguiente relato:

acá vivimos en un ambiente muy difícil hay muchas rencillas entre los habitantes, tenemos problemas de drogadicción, robos y hasta asesinatos, es muy difícil vivir aquí tranquilo,

---

<sup>2</sup> Información obtenida de la conversación realizada el día 3 de noviembre de 2020, de la cual se tiene más detalle en el Anexo B: diarios de campo 1.

imagínense ustedes que cuando nos dieron estos apartamentos los hijos de varios vecinos eran pequeños pero eso ya hace unos 10 años y ahora ellos se han vuelto los delincuentes dentro del conjunto, no se les puede decir nada, nosotros con ayuda de un profesor hemos logrado rescatar algunos jóvenes ya que sabemos que la culpable es la falta de oportunidades que no hay, el gobierno nos olvido por completo. Tenemos muchos problemas de convivencia, como ustedes pueden observar y escuchar hay gente que tiene aquí sus marranos y sus gallinas, yo no los culpo ya que son personas enseñadas a estar en una finca y que les toque cambiar eso por estos apartamentos pues es difícil, aquí no se ha hecho un acompañamiento de parte del gobierno para que nos ayude con la convivencia.

La situación anterior, precisa de la aplicación de algunas estrategias para eliminar las situaciones de vulnerabilidad, inequidad social y permitirles a estas mujeres resignificar su identidad a partir del reconocimiento de su nueva situación de vida a causa del conflicto armado.

## **2.1 Pregunta problema**

¿Cómo incide el biculturismo como deporte social en la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?

### 3 Capítulo III: Marco referencial

Para profundizar sobre la problemática expuesta anteriormente, se han consultado documentos que contienen información sobre los siguientes aspectos del conflicto armado colombiano: leyes y programas que atienden a la población afectada y situación de la mujer en este conflicto. Los documentos consultados se agruparon en una matriz con el fin de llevar una base de datos y así construir unos antecedentes y sobre este trabajar.

La construcción de los antecedentes del trabajo de grado se realizó siguiendo el esquema que se observa en la Figura 1, el cual se desarrolló mediante las etapas que se describen a continuación.

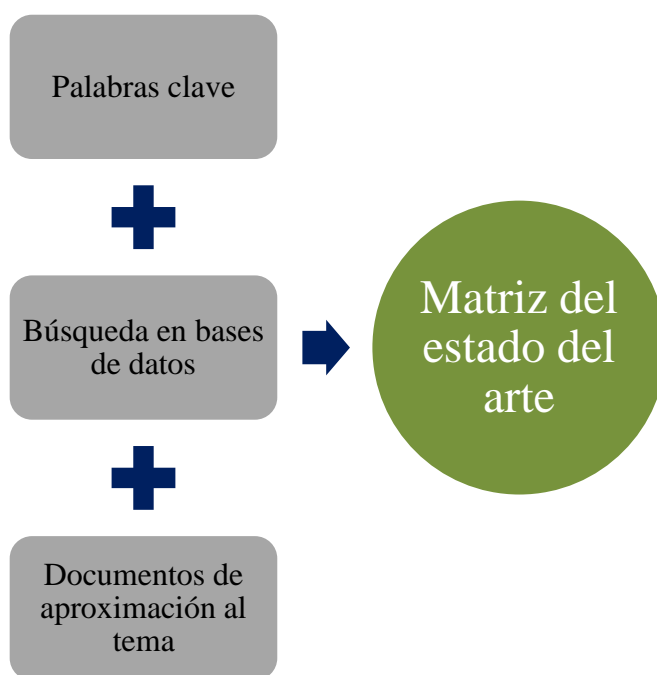


Figura 1. Esquema de construcción del estado del arte. Elaboración propia.



---

Etapa I: se establecieron las siguientes palabras clave: bicicleta, conflicto armado y práctica social, biciturismo, mujer y conflicto armado, ciclismo urbano, posconflicto y reconstrucción de valores.

Etapa II: Las palabras clave se buscaron en repositorios institucionales y en bases de datos científicas como: Dialnet, Scopus, Scielo, SPORTDiscus, Redalyc y el buscador Google Académico. Una vez se encontraron documentos asociados a cada palabra, se aplicaron los siguientes criterios con el fin de seleccionar sólo aquellos que pudieran ser utilizados como soporte del presente trabajo de grado.

- a. Elaborados entre el año 2000 al 2020<sup>3</sup>.
- b. Palabras clave bicicleta, biciturismo y ciclismo urbano: trabajos que desarrollarán estos conceptos relacionándolos con los temas sociales y de entorno.
- c. Palabras clave conflicto armado y práctica social, mujer y conflicto armado: trabajos donde se describieran las diferentes dinámicas que han afectado a mujeres víctimas de este fenómeno.
- d. Palabras clave postconflicto y reconstrucción de valores: investigaciones o proyectos aplicados en mujeres víctimas del conflicto armado, con el objetivo de lograr empoderamiento, reparación e inclusión social.

Etapa III: se encontraron 91 documentos que permiten acercarse al tema de investigación y a la construcción de la matriz del estado del arte. En la Tabla 1, se relacionan algunos de los que conforman esta matriz. De modo similar en la Figura 2, Figura 3, Figura 4 y Figura 5 se aprecian estadísticas relevantes de la información hallada.

---

<sup>3</sup> Para la construcción de las secciones Conflicto armado en Colombia y Biciturismo, se tuvieron en cuenta documentos anteriores al año 2000; dado que aportaban información relevante para la elaboración del marco teórico.

Finalmente, los documentos que hacen parte de la matriz del estado del arte se agruparán por categorías de análisis, para la elaboración del marco teórico.

Tabla 1. Matriz del estado del arte.

| <b>Título</b>   | <b>Tipo de documento</b> | <b>Año de publicación</b> | <b>País</b> | <b>Autor</b>  |
|---|--------------------------|---------------------------|-------------|---|
| Cicloturismo en Buenos Aires otra forma de descubrir la ciudad  | Trabajo de grado         | 2014                      | Argentina   | María Florencia Quiroga   |
| Un encuentro pedagógico con el ser, el saber y el territorio: ¡hagamos bici-clase!                              | Serie de investigación   | 2017                      | Colombia    | José Arquímedes López López, Nicolás Andrey Martín Ocampo, Lisette Sleny Moreno Pineda, Sandra Johanna Gómez Hernández, Viviana Uni Muñoz |
| Mujeres, patrimonio y ciudad: en bici por monumentos y espacios simbólicos de y para ellas en Bogotá            | Artículo                 | 2016                      | Colombia    | Mónica Sánchez Bernal, Laura Triana Gallego   |
| Implementación de la bicicleta en Bogotá como un modelo de transporte eficaz, saludable, sustentable e integral | Trabajo de grado         | 2013                      | Colombia    | Cortés Rojas, Julián Andrés   |
| Estudio Biciturismo 2019  | Informe                  | 2019                      | Colombia    | Instituto Distrital de Turismo  |

*Revisar Anexo A: matriz del estado del arte*

En la Figura 2 se puede observar el porcentaje de los documentos encontrados por palabra clave. Se destacan, Posconflicto y reconstrucción de valores (28.9%), Bicicleta (21.1%), Ciclismo Urbano (13.3%) y Mujer y conflicto armado (15.6%).

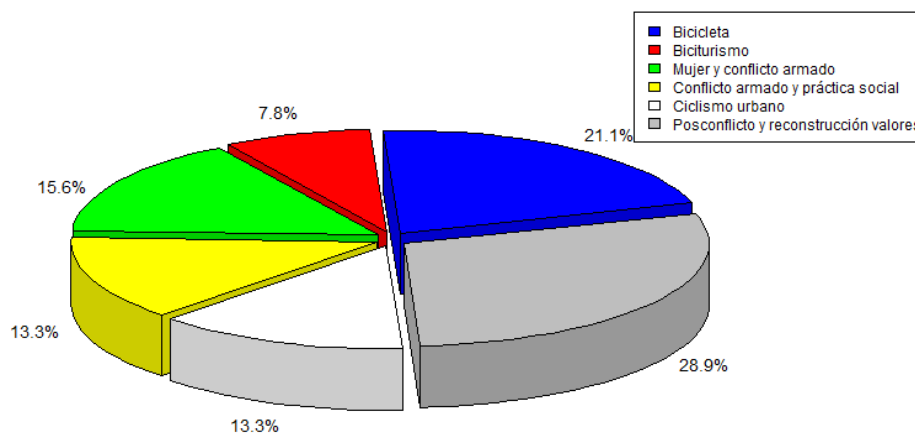


Figura 2. Porcentajes por palabras clave. Elaboración propia.

En la Figura 3 con relación a tipos de documento, sobresalen los Artículos (36.7%), Trabajos de grado (31.1%) e Informes (17.8%).

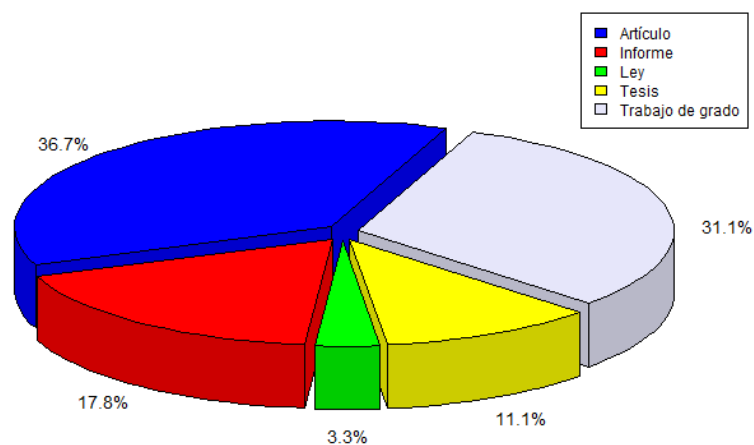


Figura 3. Porcentajes por tipo de documento. Elaboración propia.

Se observa en la Figura 4 que el (72.2%) de los documentos encontrados han sido elaborados en Colombia y el (11.1%) en España.

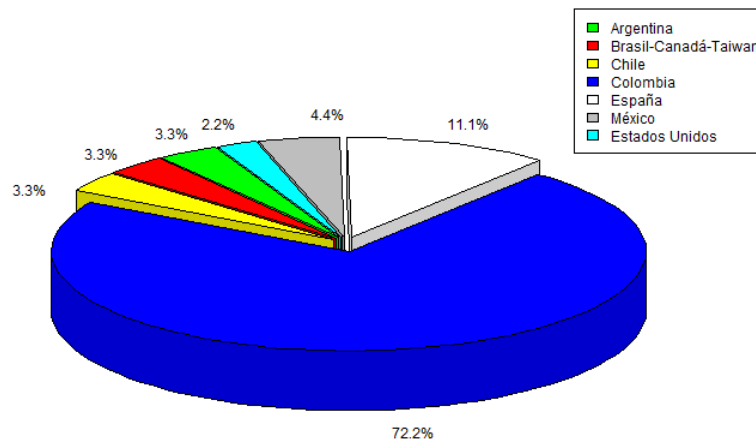


Figura 4. Porcentaje de documento por país. Elaboración propia.

En la Figura 5 con relación al intervalo de tiempo de elaboración de los documentos el (50%) fueron publicados entre 2016 al 2020 y el (28.9%) entre 2011 al 2015.

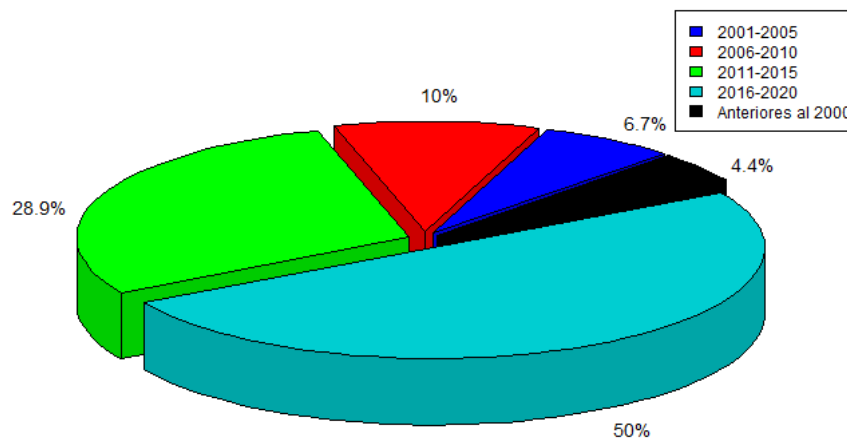


Figura 5. Porcentaje por periodo de tiempo. Elaboración propia.

## **3.1 Categorías de análisis**

Con la información que se recolectó en la matriz del estado del arte, se establecieron las siguientes categorías de análisis para elaborar el marco teórico del proyecto.

### **3.1.1 Deporte social y bicicleta como facilitador para reconocer el entorno**

Esta categoría de análisis se ha formulado con las palabras clave bicicleta, ciclismo urbano y biciturismo. Se han encontrado componentes que permiten tener una perspectiva integral sobre el papel que tiene la bicicleta en sociedades contemporáneas. El primero de ellos es el relacionado con el aspecto social, el segundo como elemento clave en la movilidad de una ciudad, el tercero asociado al disfrute y gozo del tiempo libre y el cuarto como herramienta que permite mantener un buen estado de salud.

El componente social se evidencia en los documentos aportados mediante la actual situación de la sociedad Colombiana, una sociedad que en sus venas lleva la sangre de un conflicto de más de medio siglo que no parece terminar; un conflicto que trasgrede a sus habitantes y les niega sus derechos, es ahí donde la bicicleta aparece como elemento de resistencia pacifista que permite recuperar algunos de los espacios que la guerra a hurtado a sus víctimas.

Los demás componentes están representados en los documentos que aportan información sobre la bicicleta como elemento deportivo y su papel dentro del entorno urbano. Estos dos aspectos son evidentes porque benefician al usuario a través de una práctica autónoma, individual o

grupal, que puede llegar a fortalecer las raíces de cada usuario como ser integral e independiente de la práctica que realice.

Además, el uso de la bicicleta no solo conlleva a la apropiación de un artefacto, sino que genera cambios positivos orientados hacia fines propios y es a su vez un medio que da solución a varias problemáticas que se están presentando en la actualidad; esto implica que la bicicleta se convierte en un elemento transformador que mitiga el caos que día a día se vive en las grandes zonas urbanas, a través de su aporte ambiental como vehículo con cero emisiones de gases de efecto invernadero, a nivel económico reduce costos y permite a la población volver a tener apropiación del espacio público accediendo al derecho a la ciudad.

### **3.1.2 Mujer colombiana y conflicto armado**

Los documentos agrupados en esta categoría, dan cuenta de las diversas situaciones que ha vivido la mujer en el marco del conflicto armado; teniendo en cuenta que este trabajo de grado pretende hacer un aporte desde la perspectiva del deporte social y así contribuir a mitigar esta situación.

La información encontrada revela la difícil situación de violación de los derechos humanos de las mujeres en Colombia a causa del conflicto armado. La mujer víctima no solo tiene que cargar con el peso psicológico y físico de la agresión, sino que sumado a ello debe soportar la falta de justicia, solidaridad, empatía, condiciones de vida adversas que la llevan a convertirse en proveedoras de su hogar y a estar expuestas a la revictimización para lograr reparación, la cual

no es del todo integral, pese a que hay un marco normativo que se estableció con el fin de aportar soluciones que en muchos casos se quedan cortas frente a la realidad que deben asumir en el día a día.

### **3.1.3 Construcción de identidad en el marco del posconflicto**

En esta categoría están relacionados los documentos que dan cuenta de los proyectos que se han implementado por diferentes entidades, con el fin de garantizar el derecho de las víctimas a la verdad, la reparación y la no repetición a través de la justicia transicional; estableciendo programas de enfoque territorial (PDET), creado mediante el Decreto Ley 893 de 2017 para la implementación prioritaria de la Reforma Rural Integral. Asimismo, programas de acceso a tierras, bienes, servicios productivos, empleo, acompañamiento, entre otros; que han sido incorporados para poder atender a más víctimas.

## **4 Capítulo IV: Objetivos**

### **4.1 Objetivo general**

Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.

### **4.2 Objetivos específicos**

- i. Caracterizar a las mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.
- ii. Implementar el biciturismo como herramienta pedagógica para la resignificación de la identidad de mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.
- iii. Determinar el aporte del biciturismo en la resignificación de la identidad de mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.



## 5 Capítulo V: Justificación

Uno de los propósitos fundamentales de la Licenciatura en Deporte es “reflexionar sobre las prácticas pedagógico-deportivas para atender la solución de necesidades sociales en los distintos ámbitos de su intervención” de modo similar uno de los compromisos formativos indica “Formar maestros, que además de formación humanística, pedagógica y disciplinar, posean una alta versatilidad para asumir con idoneidad la dinámica social del país”, lo anterior implica que el Licenciado en Deporte debe contribuir a través de la aplicación de su conocimiento a la solución de problemáticas en las cuales el deporte pueda ser utilizado mediante estrategias pedagógicas. En ese sentido, se propone utilizar el biciturismo como práctica deportiva, ya que el uso de la bicicleta se ha masificado a nivel mundial por ser un medio de transporte que tiene las siguientes ventajas: es amigable con el medio ambiente (no emite gases contaminantes, ni hace ruido), ayuda a solucionar problemas de movilidad, beneficia el estado de salud, disminuye la inversión económica en transporte, combustible y mantenimiento, elimina la segregación espacial y hace posible acceder al derecho a la ciudad.

Conforme a lo anterior, se propone analizar y comprender en el marco del deporte social, cómo el biciturismo se puede constituir en una herramienta pedagógica y lúdica que propicie la resignificación de la identidad, genere integración a la ciudad de Bogotá mediante recorridos a sitios de interés social y cultural, haciendo uso de un elemento que brinda economía, independencia y calidad de vida a un grupo de mujeres víctimas del conflicto armado residentes del Barrio Torrentes del municipio de Soacha. Además, les permitirá aportar sus conocimientos y

experiencias mediante la socialización con diferentes personas; buscando así cambiar los episodios de violencia, por los aspectos positivos que conlleva el uso frecuente de la bicicleta y su relación con el entorno.

De modo similar el desarrollo de este proyecto permite a los Licenciados en Deporte, aplicar el conocimiento adquirido en contextos especiales, cumplir con los objetivos de formación y apoyar el cumplimiento de la Ley 181 de 1995; en particular con el quinto objetivo rector el cual indica “Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados”. (Congreso de la República de Colombia, 1995).

En virtud de lo anterior, se justifica la realización de este trabajo bajo los tres ejes explicados, 1) conveniencia desde el punto de vista de los objetivos de formación del Licenciado en Deporte, 2) utilización de una herramienta sobresaliente en el mundo actual y 3) la articulación con leyes vigentes que promueven el acceso y derecho a las prácticas deportivas que aboguen por el bienestar y la calidad de vida de los colombianos, en particular en poblaciones vulnerables, en este caso asociadas con el desplazamiento forzado consecuencia del conflicto armado.

Adicional a los razones expuestas anteriormente, el proyecto tiene motivaciones personales asociadas al interés de aportar con soluciones que ayuden de forma parcial a víctimas de conflicto armado mediante la bicicleta, ya que es un elemento que ha hecho parte del estilo de vida de los investigadores y eso motivó querer compartir sus beneficios con estas personas, de modo que puedan mejorar su calidad vida.

## 6 Capítulo VI: Marco teórico

### 6.1 Contexto de Soacha

#### 6.1.1 Ubicación

El lugar donde se encuentra ubicado actualmente el municipio de Soacha, fue un territorio que ocupó el pueblo indígena muisca y hereda su nombre de esta comunidad. La palabra "Soacha" es un topónimo<sup>4</sup> del idioma muisca que se divide en dos: SUA, que significa SOL y CHA, que significa VARÓN; lo que traduce LA CIUDAD DEL DIOS VARON (Alcaldía Municipal de Soacha, 2021). Suacha fue el nombre inicial que obtuvo en 1600 cuando fue fundada por el señor Luis Enrique (Alcaldía Municipal de Soacha, 2021) y en 1875 (Cuberos, 2018, pág. 3) su nombre cambió a Soacha como se le conoce en la actualidad.

Este territorio hace parte de los 116 municipios que componen el departamento de Cundinamarca (ver Figura 6), se encuentra ubicado al suroccidente de Bogotá (ver Figura 7) y su área está conformada por 6 comunas y un total de 368 barrios de los cuales 87 están sin legalizar (Gobernación de Cundinamarca). Su extensión total es aproximadamente  $184.45 \text{ km}^2$  con  $19 \text{ km}^2$  de zona urbana y  $165.45 \text{ km}^2$  de área rural (Alcaldía Municipal de Soacha, 2021).

---

<sup>4</sup> Son los nombres propios que se le asignan a un lugar.

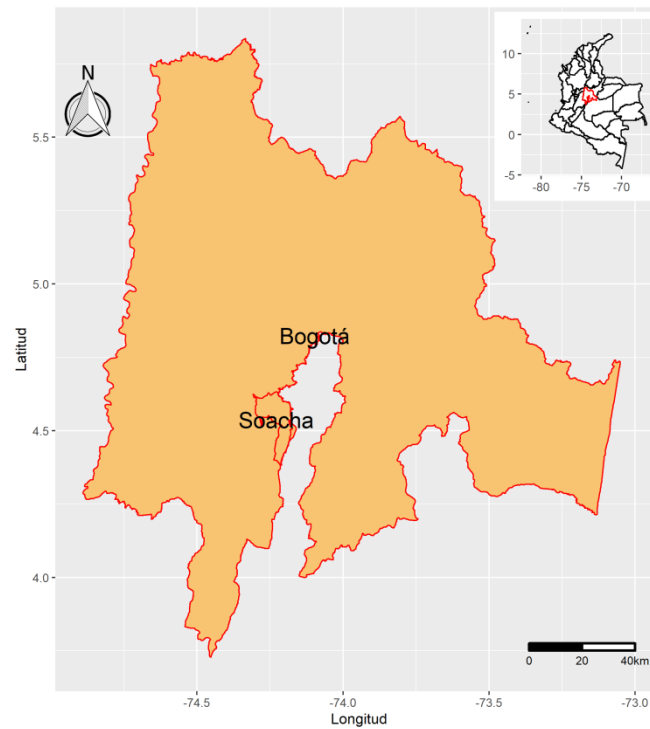


Figura 6. Ubicación de Soacha en el departamento de Cundinamarca. Elaboración propia.

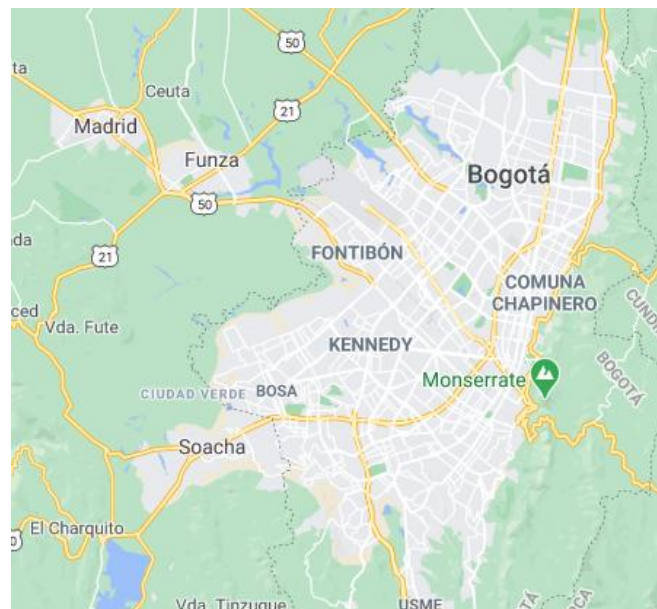


Figura 7. Ubicación de Soacha con respecto a Bogotá y municipios aledaños.

Fuente: Google Maps.

### **6.1.2 Características de la población**

De acuerdo con el último informe del DANE, realizado con base en la información recolectada en el Censo Nacional de Población y Vivienda del año 2018; el municipio de Soacha tiene 660.179 habitantes, de los cuales 332.302 son mujeres y 313.003 hombres. El 47.2% de los hogares son conformados por grupos de 3 a 4 personas y cerca del 83.9% de la población que reside allí, procede de otro municipio del país. La población étnica está conformada por indígenas 0.3%, afrocolombianos 1.0% y el 98.7% manifestó no pertenecer a ningún grupo étnico. Con relación al acceso a los servicios públicos domiciliarios, cerca del 90% cuenta con ellos: salvo por el servicio de internet el cual sólo lo tiene el 56.3 % de la población. Dentro del informe se destaca el indicador denominado NBI (Necesidades Básicas Insatisfechas), el cual es una metodología que permite “determinar, con ayuda de algunos indicadores simples, si las necesidades básicas de la población se encuentran cubiertas. Los grupos que no alcancen un umbral mínimo fijado, son clasificados como pobres” para este caso la parte urbana tiene un NBI de 5.30% y la zona rural 13.3% (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2018).

Pese a que las cifras anteriores son emitidas por la entidad encargada por el gobierno nacional para estos fines, el alcalde Eleázar González<sup>5</sup>, pidió al DANE revisarlas “revise las cifras del preconteo del Censo Nacional 2018, en el que Soacha aparece con 634.660 habitantes, pese a que se hablaba de que se había superado el millón” ya que según el mandatario estas no corresponden con la realidad del municipio y por ende el presupuesto asignado será proporcional a las

---

<sup>5</sup> Alcalde del municipio de Soacha para el periodo 2016-2019.

estadísticas oficiales lo que implica no poder desarrollar los proyectos planeados, afectando a la población. (Cruz, 2019).

### **6.1.3 Soacha como municipio receptor de víctimas del conflicto armado**

De acuerdo con la Unidad para la Atención y la Reparación Integral a las Víctimas, en su Registro Único de Víctimas (RUV), hay registradas un total de 9.113.500<sup>6</sup> personas, de las cuales el 48.8% son mujeres y el 51.1% hombres; quienes han sido afectados a causa del conflicto armado. (Unidad para la Atención y la Reparación Integral a las Víctimas, 2021). De esta cantidad se han identificado a 7.352.176<sup>7</sup> quienes son sujeto de atención ya que son "Personas reconocidas en el marco de la ley 1448 de 2011<sup>8</sup>, que pueden acceder efectivamente a las medidas de atención y/o reparación. No presentan novedades por fallecimiento a causa o no del hecho victimizante, identificadas con números de documento válidos y han solicitado directamente ayuda humanitaria o a través de un familiar, que de acuerdo con la última ubicación conocida vive en el territorio" y el restante que equivale a 1.770.947<sup>9</sup> han sido declarados como no sujetos de atención dado que son "Víctimas fallecidas, directas de desaparición forzada, homicidio y no activas para la atención. Víctimas que por distintas circunstancias no pueden acceder efectivamente a las medidas de atención y reparación".

---

<sup>6</sup> RUV información tomada el 01/05/2021.

<sup>7</sup> RUV información tomada el 01/05/2021.

<sup>8</sup> La ley 1448 de 2011 indica "Se consideran víctimas, para los efectos de esta ley, aquellas personas que individual o colectivamente hayan sufrido un daño por hechos ocurridos a partir del 1° de enero de 1985, como consecuencia de infracciones al Derecho Internacional Humanitario o de violaciones graves y manifiestas a las normas internacionales de Derechos Humanos, ocurridas con ocasión del conflicto armado interno".

<sup>9</sup> RUV información tomada el 01/05/2021.

De acuerdo con el RUV en Soacha hay un total de 49.340<sup>10</sup> víctimas, de las cuales 45.812 son sujeto de reparación conforme a la Ley 1448 de 2011. La cifra anterior es importante, en la medida que en este municipio vive el 27.4% de las víctimas declaradas en el departamento de Cundinamarca y a su vez es el mayor receptor de todos los municipios que están ubicados alrededor de Bogotá, tal como se observa en la Figura 8.

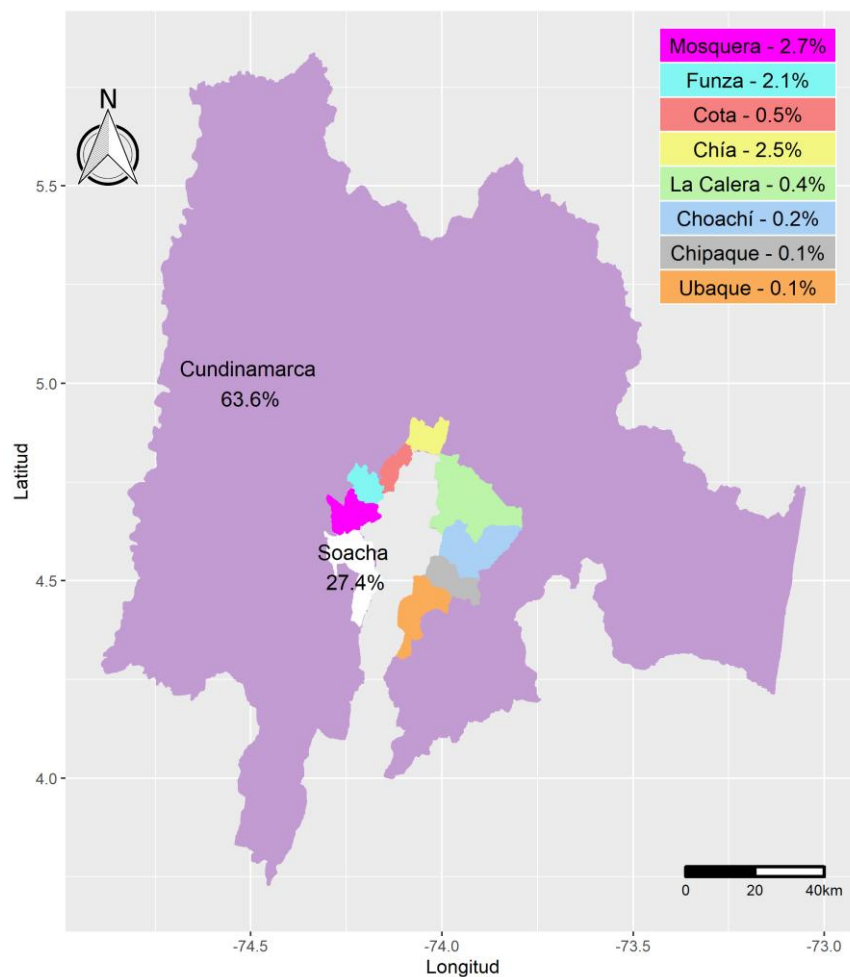


Figura 8. Porcentaje de personas sujeto de atención respecto al total del departamento de Cundinamarca. Datos RUV. Fuente, Elaboración propia.

<sup>10</sup> RUV con fecha de corte al 28/02/2021.

---

De acuerdo con (Juliao, 2011, pág. 104) “En Soacha se ubican las familias desplazadas que llegan a la llamada Comuna Cuatro, sector Altos de Cazucá, que en los últimos años, ha sido el lugar de recepción de esta población, dada su ubicación estratégica a orillas de la vía de entrada de transporte terrestre, su carácter marginal y la existencia de algún tipo de red familiar o vecinal que les facilita el albergue inicial y les posibilita algunos servicios institucionales, teniendo en cuenta que en dicha comuna, se encuentran las sedes de la Casa de los Derechos y la Casa de Justicia”.

Asimismo, el municipio de Soacha limita con las localidades de Ciudad Bolívar y Bosa, zonas que se consideran como una de las más deprimidas de Bogotá, lo que genera corredores de pobreza a los cuales fácilmente llegan estas víctimas, tanto por la forma como se han desplazado hacia Bogotá, provenientes de algunos departamentos ubicados al suroccidente del país en los cuales los grupos armados cometen delitos, como por la situación socio económica que les toca afrontar al perder sus pertenencias, ya que en estos lugares las condiciones son asequibles para ellos porque son de estratificación socioeconómica<sup>11</sup> baja<sup>12</sup> en comparación con las demás zonas de Bogotá.

---

<sup>11</sup> De acuerdo con el DANE “La estratificación socioeconómica es una clasificación en estratos de los inmuebles residenciales que deben recibir servicios públicos. Se realiza principalmente para cobrar de manera diferencial por estratos los servicios públicos domiciliarios permitiendo asignar subsidios y cobrar contribuciones en esta área. De esta manera, quienes tienen más capacidad económica pagan más por los servicios públicos y contribuyen para que los estratos bajos puedan pagar sus facturas.”

<sup>12</sup> De acuerdo con el informe "Estadísticas Básicas Provincia de Soacha" elaborado por la Secretaría de Planeación de Cundinamarca, el número total de viviendas en el año 2014 era 98894 de las cuales el 82.7% estaban clasificadas en los estratos 1 y 2.

Informe disponible en: <http://www.cundinamarca.gov.co/wcm/connect/9c0d8276-b231-4ec5-a7d9-2ad796bb1f39/Soacha.pdf?MOD=AJPERES&CVID=I4W15M9> consultado el 21 de marzo de 2021.



## **6.2 Conflicto armado en Colombia**

A continuación, se hará un recuento histórico de los hechos más relevantes que han generado el conflicto armado, luego se indicarán los factores que lo han mantenido vigente y para concluir se dará un concepto de “Conflicto Armado en Colombia” conforme a lo expuesto.

El término conflicto hace referencia a una situación de desacuerdo entre personas frente a un tema que no se logra resolver. En ese sentido, el primer hecho histórico relevante que originó conflicto en Colombia tiene sus orígenes en el periodo de la independencia tal como lo manifiesta (Martínez, 2018, pág. 200) “la pugna entre dos extremos ideológicos de los líderes políticos de la revolución: Simón Bolívar, quién tenía una orientación conservadora y centralista, y Francisco de Paula Santander con una visión federalista del Estado y más garante de las libertades. Lo cual puede verse como semilla para el nacimiento de un bipartidismo fuerte desde aquella época”. Con este marco de referencia, la Nueva Granada inició con diferencias políticas y de visión de estado; además de acuerdo con (Gómez, 2006) “estaba constituida pobremente como una unidad política, marcada por el subdesarrollo económico y social, pobreza aguda y estancamiento”.

En este periodo de tiempo del siglo XIX, el nuevo estado mantuvo su inestabilidad política y aunque se hicieron esfuerzos por promulgar y aplicar leyes donde se establecieron principios y valores democráticos siguiendo el ejemplo de las revoluciones norteamericana y francesa, en la práctica el sistema impuesto no funcionó; ocasionando enfrentamiento de grupos con ideologías diferentes debido a la participación política restringida hecho que se mantuvo para los siguientes periodos de tiempo.

El segundo hecho destacado se dio en 1928 y se conoce como “La masacre de las bananeras”, la cual se generó debido a la desatención del estado, a las profundas diferencias entre los dueños de la tierra y los trabajadores, a la precaria legislación agraria y laboral; la cual favoreció la inversión extranjera, en particular la que realizaba la empresa United Fruit Company, quienes controlaban la producción y comercialización del Banano. Esta compañía adquirió extensiones de tierra en el departamento de Magdalena, sus trabajadores eran subcontractados y la empresa no se hacía responsable por los requerimientos que estos hacían, en particular con las desfavorables condiciones laborales. En 1918 los trabajadores presentaron una serie de peticiones a la empresa, quien las desconoció de inmediato “La Frutera de Sevilla rechazó esas peticiones “subversivas” amparada en la ley 69 de 30 de octubre de 1928 que había declarado la ilegalidad anticipada de cualquier pretensión obrero que tratara de obtener, mediante huelgas o cualesquiera otros medios “de fuerza”, concesiones por parte de los patronos” (Credencial Historia, 2005). Por esta razón los trabajadores optaron por el recurso de huelga y el 5 de diciembre de 1928 fueron citados por el Gobernador del Magdalena al municipio de Ciénaga, el funcionario de gobierno nunca llegó y el 6 diciembre cuando aún los trabajadores y familias de estos seguían allí protestando, se dio la orden de desalojo la cual fue desatendida y los militares procedieron a disparar indiscriminadamente contra todo aquel que estuviese en este sitio. Si bien este hecho tiene diversas versiones y diferentes cifras de personas fallecidas, la posición del gobierno fue muy clara tal como lo expone la revista Credencial Historia “la orden dada por el general Carlos Cortés Vargas, disparó contra ellos, mató a varios, tomó el control de la zona y puso fin con éxito al movimiento subversivo. El Presidente de la república felicitó al general Cortés Vargas por haber salvado al país de la anarquía” (Credencial Historia, 2005).

Luego de estos hechos surgió el periodo que se conoce como “La Violencia”, el cual se caracterizó por la disputa entre los partidos hegemónicos de aquel momento el Liberal y el Conservador. Esta confrontación llegó a tal punto “que las agrupaciones armadas cometieron masacres, actos violentos con sevicia, crímenes sexuales, despojo de bienes y otros hechos violentos con los cuales “castigaban” al adversario. Rituales macabros, como el descuartizamiento de hombres vivos, las exhibiciones de cabezas cortadas y la dispersión de partes de cuerpos por los caminos rurales, que aún perviven en la memoria de la población colombiana” (GMH, 2013, págs. 112 - Cap II), el punto más álgido de esta confrontación lo motivó el asesinato del líder liberal Jorge Eliecer Gaitán el 9 de abril de 1948 en la ciudad de Bogotá, lo que originó el “Bogotazo”.

Según cifras de Paul Oquist entre 1948 y 1966 aproximadamente 193.014 personas fueron asesinadas y alrededor de 393.648 hectáreas de tierra fueron abandonadas, ocasionando desplazamiento forzado lo que cambió la distribución de la población de algunas zonas del país (Oquist, 1980, págs. 322-323).

Estos episodios de violencia generalizada, permitieron que Gustavo Rojas Pinilla accediera al poder mediante un golpe de estado el 13 de junio de 1953 relegando de la presidencia a Laureano Gómez; quien caracterizó su gobierno por el clientelismo hacia su partido, controlando varias instituciones estatales. Posterior a ello, los dirigentes de los partidos Liberal y Conservador, realizaron un acuerdo en España el 24 de julio de 1956 el cual se denominó “Pacto de

Benidorm”<sup>13</sup> (Martínez, 2018, pág. 205) que consistió en un acuerdo político para distribuirse el poder entre 1958 a 1974. Este acuerdo inhabilitó la posibilidad de participación política de otros grupos y sumado a la violencia del momento, la incapacidad del Ejército Nacional por recuperar militarmente el territorio, la dificultad para romper las relaciones establecidas entre el poder local y los grupos insurgentes; permitió el advenimiento de los grupos denominados guerrillas.

Dentro del grupo de guerrillas revolucionarias<sup>14</sup> que se han formado en el país se destacan por su antigüedad las FARC-EP, el ELN y el EPL. El grupo denominado FARC-EP (Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia – Ejército del Pueblo) reconoce que su formación se dio por el ataque a Marquetalia<sup>15</sup> realizado por el Ejército Nacional el 27 de mayo de 1964, el cual se originó por dos razones fundamentales, la primera asociada al discurso que manejaban y del cual se puede dar cuenta en el siguiente texto “El señor presidente sabe que nuestro "delito" para ganarnos las iras de la oligarquía y de los altos mandos militares que la locura de vuestra excelencia estimula, reside en nuestra firme oposición al sistema bipartidista paritario del "frente nacional" oligárquico, que consideramos antidemocrático y antinacional” (Arenas, 1966). La segunda relacionada con las declaraciones del político Álvaro Gómez Hurtado, quien consideraba que dentro del territorio nacional no podían darse zonas denominadas “repúblicas independientes”. Estas dos razones motivaron al gobierno a establecer un plan militar para recuperar el control territorial con ayuda del gobierno de los Estados Unidos. El ataque realizado

---

<sup>13</sup> Da origen al periodo de tiempo conocido como Frente Nacional que permitió la alternancia de poder, entre los partidos Liberal y Conservador durante 16 años.

<sup>14</sup> De acuerdo con el documento “Organizaciones Guerrilleras en Colombia desde la década de los sesenta”, han existido al menos 34 grupos guerrilleros, entre las que se destacan por su antigüedad las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia (FARC-EP), el Ejército de Liberación Nacional (ELN) y el Ejército Popular de Liberación (EPL). Documento disponible en: [http://www.humanas.unal.edu.co/observapazyconflicto/files/3614/6980/1326/OPC\\_Organizaciones\\_Guerrilleras\\_Colombia\\_29\\_07\\_16\\_dv.pdf](http://www.humanas.unal.edu.co/observapazyconflicto/files/3614/6980/1326/OPC_Organizaciones_Guerrilleras_Colombia_29_07_16_dv.pdf). Consultado el 22 de marzo de 2021.

<sup>15</sup> Lugar ubicado en el corregimiento de Gaitania, municipio de Planadas en el departamento del Tolima.

---

sobre Marquetalia no fue del todo exitoso y los sobrevivientes crearon el movimiento guerrillero del bloque sur que años más tarde fue renombrado con el nombre FARC - EP y a su vez les sirvió como mito fundacional ya que de acuerdo con (Pizarro, 2006)

Las FARC no surgieron por iniciativa propia sino como resultado de una agresión externa. El movimiento guerrillero incipiente no habría sido quien le declaró la guerra al Estado, sino, por el contrario, fue el estado quien le declaró la guerra a las organizaciones agrarias comunistas, las cuales se vieron obligadas a defender su vida mediante las armas.

Este discurso fue manejado por sus líderes para justificar todas sus acciones delictivas y el grupo insurgente logró una expansión considerable en número de hombres a partir de 1980 donde “pasaron de tener 1.840 hombres y 15 frentes de guerra, a 17.000 integrantes y 108 frentes, para finales de los años 90s” (Saumeth, 2011).

El segundo grupo guerrillero más relevante en el país se conoce con el nombre de ELN (Ejército de Liberación Nacional), tuvo su primera aparición pública el 7 de enero de 1965 en Simacota-Santander. Se originó como parte de la violencia revolucionaria de la época y su ideal era convertirse en un actor político-militar en lucha contra el estado. En su discurso resaltaban los ideales de la revolución cubana, lo cual causó gran aceptación por parte de los movimientos estudiantiles y de líderes destacados como Camilo Torres<sup>16</sup>. Este grupo guerrillero se asentó en el departamento de Santander, dado que esta posición geográfica le permitía tener cercanía con la

---

<sup>16</sup> Camilo Torres Restrepo fue un cura Bogotano que decidió unirse al ELN, porque consideraba que era la mejor forma para lograr una mejor distribución de la riqueza y la eliminación de la inequidad. Falleció en combate En San Vicente de Chucurí, (Santander) el 15 de febrero de 1966. Dado que era una figura pública su unión al grupo guerrillero fue un golpe mediático a tal punto que es considerado como un mártir y su biógrafo Walter Joe Broderick lo compara con Ernesto "Che" Guevara.

---

frontera venezolana y con zonas de explotación petrolera, lo cual usaron para realizar extorsiones a estas compañías para financiarse de forma ilegal. Entre los años 80 y finales de la década de los 90, la conformación del grupo guerrillero pasó de 70 hombres y 3 frentes a aproximadamente 3500 hombres y 30 frentes. (Saumeth, 2011). El tercer grupo guerrillero en importancia es el EPL (Ejército Popular de Liberación), surge entre 1967 a 1968, iniciando con el nombre de Partido Comunista de Colombia Marxista-Leninista PCC ML. Se ubican en la zona montañosa del alto Sinú (suroccidente del departamento de Córdoba) con el fin de tener acceso a la frontera con Panamá y al Pacífico. Su pensamiento inicial estaba alineado con los principios del Maoísmo<sup>17</sup>, lo que implicaba que el campesino debería participar en la guerra de guerrillas como forma de lucha popular. No alcanzó a tener la cantidad de hombres y frentes que las FARC-EP y que el ELN, dado que sus orígenes no fueron populares o mediáticos.

Entre los años 70 a 80, se registró otro de los hechos destacados dentro del conflicto y fue el surgimiento de los grupos de autodefensa (paramilitares), como forma de reacción ante las guerrillas y a la incapacidad del Estado por garantizar la seguridad en algunas de las zonas azotadas por el conflicto. De acuerdo con (Rivas, 2008) los siguientes 3 pilares motivaron su formación. 1) Los terratenientes, ganaderos mineros y campesinos que buscaban la defensa de las guerrillas. Tal es el ejemplo de la Asociación campesina de Ganaderos y Agricultores del Magdalena Medio -ACDEGAM, que nace en los años 80 como organización de campesinos, comerciantes, ganaderos y agricultores de Puerto Boyacá para defender sus predios y productos

---

<sup>17</sup> Movimiento político que sigue las ideas de Mao Zedong, fundador del partido comunista chino. Uno de sus principales ideales se basaba en que el campesino es parte de la fuerza revolucionaria que podía ser movilizada por el Partido Comunista. Por esta razón, la Revolución China se desarrolló del campo hacia la ciudad, con un modelo de lucha armada con bases agrarias que llevó a este partido al poder.

de la guerrilla, con colaboración de las Fuerzas Armadas. 2) Los narcotraficantes que fortalecieron y reclutaron a los grupos de autodefensa. Se tiene como hecho de referencia de la alianza entre narcotraficantes y autodefensas, el secuestro por parte del M-19 en 1981 de Martha Nieves Ochoa, hermana de los reconocidos narcotraficantes de Medellín "Los Ochoa", quienes convocan a miembros del cartel de Medellín y crean el grupo "Muerte a Secuestradores" - MAS, dedicado a matar guerrilleros y simpatizantes de izquierda. 3) Miembros de las Fuerzas Armadas que vieron en el paramilitarismo la oportunidad para eliminar las guerrillas. La política de paz planteada por el Gobierno del Belisario Betancur (1982 -1986), que incluía muchos puntos de reforma política, fue vista por algunos sectores de las Fuerzas Armadas como una cesión ilimitada ante los guerrilleros y una limitación al actuar militar del Estado, que provocó alianzas en pro de la eliminación de los insurgentes de izquierda.

Estos grupos cambiaron su orientación original y con el paso del tiempo migraron hacia bandas armadas que defendían intereses económicos y políticos de ciertas personas; lo que aumento la violencia en el país en la década del 90. Hacia 1997, las Autodefensas Campesinas de Córdoba, Urabá, Magdalena Medio y las de los Llanos Orientales; conformaron el grupo denominado Autodefensas Unidas de Colombia - AUC y uno de sus fines era buscar una negociación con el estado para convertirse en un actor político. En el año 2005, se acordó su desmovilización y dentro del desarrollo de este proceso floreció el escándalo denominado "Parapolítica" el cual implicaba a Senadores, Representantes a la Cámara, Alcaldes y miembros de las fuerzas armadas, con la recepción de sobornos y financiación para campañas políticas. En la actualidad, pese a que ya no existen las autodefensas, si operan grupos denominados BACRIM que están

conformados por excombatientes que no hicieron parte de la desmovilización o por aquellos que, aun haciendo parte del acuerdo, no encontraron oportunidades para reinsertarse a la vida civil.

De acuerdo con el Centro de Memoria Histórica, los factores de mayor peso que han permitido que el conflicto armado se mantenga en el tiempo son los siguientes a) persistencia del problema agrario, b) irrupción y propagación del narcotráfico c) limitaciones y posibilidades de la participación política, d) influencias y presiones del contexto internacional, e) fragmentación institucional y territorial del Estado, f) cambios y transformaciones del conflicto y g) resultados parciales y ambiguos de los procesos de paz y las reformas democráticas (GMH, 2013, págs. 111 - Cap II).

Finalmente, el contexto desarrollado permite indicar que el conflicto armado es aquella situación que se genera al no poder resolver de forma pacífica las diferencias relacionadas con la visión de estado, que con el paso del tiempo y el surgimiento de nuevos actores; desencadenan formas de violencia que afectan a diferentes tipos de población. De forma similar (Carvajal, 2006, pág. 99) describe esta situación como “la resolución violenta constante de un cúmulo permanente de tensiones, irresolubles por vías pacíficas, entre los intereses inherentes a las clases dominantes y otros grupos poblacionales, en el proceso de constitución del Estado político territorial.”

### **6.2.1 Mujeres en el conflicto armado**

Un problema que persiste en la actualidad que merece una mirada global y luego local, es la violencia ejercida contra las mujeres en un conflicto armado internacional o interno. El Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas en la Resolución 1325 (Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas, 2000) indica al respecto “los civiles, y particularmente las mujeres y los niños,



constituyen la inmensa mayoría de los que se ven perjudicados por los conflictos armados, incluso en calidad de refugiados y personas desplazadas internamente, y cada vez más sufren los ataques de los combatientes y otros elementos armados”.

En el documento “La violencia contra las mujeres en los conflictos armados” (Amnistía Internacional, 2005), se expone el panorama global de la mujer, lo que permite comprender la complejidad de esta situación. A continuación, se enumeran tres elementos destacados.

- Categorias de abuso contra la mujer: abusos basados en el género, abusos que afectan desproporcionadamente a las mujeres o que se pueden cometer de forma específicamente relacionada con el género, privación de derechos económicos, sociales, culturales y discriminación.
- Mujeres que corren riesgo especial: niñas, mujeres y niñas en edad de procrear, mujeres y niñas heridas y discapacitadas, mujeres y niñas desplazadas internas y refugiadas, mujeres indígenas, mujeres pobres, mujeres activistas, mujeres migrantes, ancianas, madres, madres solteras, viudas, mujeres integradas en matrimonios, trabajadoras de la industria del sexo, mujeres recluidas en instituciones, mujeres combatientes y prisioneras de guerra, mujeres detenidas o internadas, madres de niños o niñas nacidos de violaciones relacionadas con el conflicto y niñas nacidas como consecuencia de estas violaciones y mujeres solteras.
- Perpetradores: soldados (del propio país), jefes del ejército y de otro tipo que ordenan abusos o no los impiden, funcionarios encargados de hacer cumplir la ley, milicias no oficiales, paramilitares y otros grupos aliados del Estado, o que actúan con su consentimiento o aquiescencia, grupos armados y entidades no gubernamentales, bandas de delincuentes

organizados, tropas extranjeras que intervienen en el conflicto, guardias de campos de refugiados, civiles de terceros Estados, miembros de la comunidad y miembros de la familia. Lo descrito anteriormente, confirma que las mujeres pueden ser afectadas en diversos rangos de edad, por diversas causas y por múltiples actores.

En el caso de Colombia, se formuló la Ley 1257 de 2008 cuyo objetivo es:

La adopción de normas que permitan garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado, el ejercicio de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno e internacional, el acceso a los procedimientos administrativos y judiciales para su protección y atención, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización (Congreso de la República de Colombia, 2008).

En particular el artículo 2 define la violencia contra la mujer como “Por violencia contra la mujer se entiende cualquier acción u omisión, que le cause muerte, daño o sufrimiento físico, sexual, psicológico, económico o patrimonial por su condición de mujer, así como las amenazas de tales actos, la coacción o la privación arbitraria de la libertad, bien sea que se presente en el ámbito público o en el privado.”

Este marco normativo indica que la situación de la mujer en Colombia merece un análisis especial, dado que fue necesario desarrollar una ley para tratar de garantizar los derechos que la mujer tiene dentro del estado colombiano. Esta situación se genera porque se crean imaginarios

que legitiman la brecha entre hombres y mujeres, atribuyendo “cualidades” como la debilidad y la fragilidad; cuando en la realidad las condiciones de vida son las que generan agresiones y por ende vulneran sus derechos.

La situación de las mujeres víctimas del conflicto armado en el país, se puede dimensionar con base en las cifras registradas por el RUV. Los datos de la Figura 9, indican que el hecho victimizante que ha afectado a más mujeres es el desplazamiento forzado con 4.048.359 víctimas, lo que implica que tuvieron que retomar una nueva vida en otros lugares sometándose a cambios culturales, económicos, discriminación social y segregación espacial.

En el caso particular de Soacha<sup>18</sup>, según el RUV hay un total de 25.538 mujeres víctimas del conflicto armado que viven en este municipio. Los registros anteriores, indican que es necesario que individuos, entidades y el gobierno fijen su atención en la mujer para evitar que sigan siendo relegadas a una posición secundaria e invisibilizadas y más bien entregarles un papel protagónico en los diferentes procesos de construcción de paz, ya que se puede utilizar su experiencia para desarrollar propuestas que incluyan la reparación de género y la verdad que es necesaria para que se haga justicia.

---

<sup>18</sup> Información obtenida del RUV de la sección enfoque diferencial. Se realizó la consulta por departamento, municipio y por víctimas por hecho victimizante. Disponible en: <https://cifras.unidadvictimas.gov.co/Cifras/#!/enfoqueDiferencial> Consultado el 01/05/2021.

| Hecho victimizante  | Víctimas ocurrencia | Sujetos de atención | Eventos   |
|---|---------------------|---------------------|-----------|
| Abandono o Despojo Forzado de Tierras   | 14.234              | 13.758              | 16.177    |
| Acto terrorista / Atentados / Combates Enfrentamientos / Hostigamientos                 | 38.061              | 36.019              | 41.847    |
| Amenaza   | 261.238             | 253.009             | 278.093   |
| Confinamiento   | 33.817              | 30.865              | 41.736    |
| Delitos contra la libertad y la integridad sexual en desarrollo del conflicto armado    | 30.016              | 29.485              | 31.394    |
| Desaparición forzada  | 86.993              | 78.570              | 93.935    |
| Desplazamiento forzado  | 4.048.359           | 3.367.958           | 4.542.655 |
| Homicidio   | 499.625             | 452.966             | 551.529   |
| Lesiones Personales Físicas   | 3.536               | 3.459               | 3.570     |
| Lesiones Personales Psicológicas  | 5.185               | 4.880               | 5.235     |
| Minas Antipersonal Munición sin Explotar y Artefacto Explosivo improvisado              | 1.134               | 1.006               | 1.148     |
| Perdida de Bienes Muebles o Inmuebles   | 58.617              | 55.361              | 63.282    |
| Secuestro   | 9.305               | 8.382               | 9.658     |
| Sin información   | 18.345              | 17.226              | 19.176    |
| Tortura   | 4.500               | 4.254               | 4.569     |
| Vinculación de Niños Niñas y Adolescentes a Actividades Relacionadas con grupos armados | 2.885               | 2.693               | 3.110     |

Figura 9. Cifras de los hechos victimizantes cometidos contra las mujeres.

Fuente: RUV – corte al 01/05/2021. Elaboración propia.

### 6.3 Biciturismo

El Biciturismo, Ciclismo Urbano o Cicloturismo son una especialidad del ciclismo<sup>19</sup> que ha sido promovida en los últimos años en varias ciudades del mundo para disminuir el uso de los vehículos, mejorar la movilidad y reducir la contaminación. (Porto, 2017). De acuerdo con la literatura científica revisada, el Biciturismo tiene tres acepciones comúnmente utilizadas. La primera la aporta (Lumsdon, 1996, pág. 27).

Recreational cycling activities ranging from a day or part-day casual outing to a long distance touring holiday. The fundamental ingredient is that cycling is perceived by the visitor as an integral part of an excursion or holiday, i.e. a positive way of enhancing leisure time [actividades de ciclismo recreativo que van desde una excursión de un día o de menos de un día a unas vacaciones de larga duración. El ingrediente fundamental es que el ciclismo es percibido por el visitante como una parte importante de una excursión o vacaciones, es decir, una forma positiva de mejorar el tiempo de ocio].

La segunda es desarrollada por (Chan, 2003, pág. 1676) “Bicycle tourism can be defined as a positive activity, which includes both transportation and recreation experiences. Tourism and recreational cyclists are individuals who use a bicycle for trip enjoyment, and usually take relatively short trips at lower speeds” [El turismo en bicicleta se puede definir como una actividad positiva, que incluye tanto el transporte como experiencias recreativas. Los ciclistas turísticos y recreativos son personas que utilizan una bicicleta para disfrutar del viaje y, por lo general, realizan viajes relativamente cortos a velocidades más bajas].

---

<sup>19</sup> El ciclismo tiene las siguientes especialidades: ciclismo de competición; ciclismo en carretera, ciclismo de montaña y el biciturismo o ciclismo urbano.

La tercera es aportada por (Cantero, 2013) “actividad recreativa, deportiva y no competitiva que combina la actividad física y el turismo. Consiste en viajar en bicicleta visitando los lugares que se encuentra uno a su paso. Se realiza por placer, no por competición, por lo que no se puede llegar a denominar práctica competitiva”.

La consecución de estas definiciones muestra que el concepto se ha ido desarrollando con el paso del tiempo y ello ha permitido adicionar los términos transporte y actividad deportiva; haciendo que sea más integral. Asimismo, esta construcción conceptual surge porque a las personas les gusta realizar actividades placenteras en su tiempo libre; que sean relajantes a nivel físico, mental y espiritual; lo que se puede lograr a través del biciturismo, ya que la bicicleta ha tenido un lugar importante en la vida de las personas, lo que la posiciona como uno de los elementos preferidos para uso deportivo y de transporte.

De acuerdo con (Mató, 2014, pág. 25), el Biciturismo tiene tres modalidades:

- Vacaciones en bicicleta: Cuando la duración incluye una noche o más fuera de casa y el ciclismo es el principal objetivo. Este sería el cicloturista en sentido estricto.
- Ciclismo en vacaciones: Incluye desplazamientos en bicicleta desde el lugar de alojamiento o desde otro punto. Forma parte de las vacaciones, pero no necesariamente es la única actividad.
- Excursiones en bicicleta de un día: Paseos en bicicleta de más de 3 horas de duración hechos desde el domicilio habitual. Para este grupo se utiliza el término excursionistas.

### **6.3.1 Beneficios del Biciturismo**

La práctica del Biciturismo favorece tres ámbitos principales: salud, conservación del medioambiente y economía.

Salud: La Organización Mundial de la Salud (OMS) en el documento Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios; genera 6 mensajes principales: 1) La actividad física es buena para el corazón, el cuerpo y la mente. 2) Cualquier cantidad de actividad física es mejor que ninguna, y cuanto más, mejor. 3) Toda actividad física cuenta. 4) El fortalecimiento muscular beneficia a todas las Personas. 5) Demasiado sedentarismo puede ser malsano y 6) Todas las personas pueden beneficiarse de incrementar la actividad física y reducir los hábitos sedentarios. (Organización Mundial de la Salud, 2020, pág. 1).

Frente a las recomendaciones anteriores, el uso frecuente de la bicicleta asociado con la práctica del biciturismo, genera los siguientes beneficios: entrena el sistema respiratorio, ayuda a prevenir el dolor de espalda, fortalece las articulaciones, ayuda a perder peso, refuerza el sistema inmunológico y mejora la musculatura, la esperanza de vida, el riego sanguíneo y el sistema cardiovascular. (Ortíz, pág. 250)

Conservación del medio ambiente: De acuerdo con cifras de la Secretaria de Ambiente de Bogotá, “Una persona que decida dejar el carro y usar la bicicleta dejaría de emitir cerca de 2100

kilogramos de CO<sub>2</sub><sup>20</sup> al año y más de 250 gramos de material particulado<sup>21</sup>, además de los beneficios que trae para su salud” (Secretaría Distrital de Ambiente, 2020), lo cual es un dato relevante, si se tiene en cuenta que en la actualidad el cambio climático es una situación que amerita tomar diversas medidas a fin de mitigar sus consecuencias y en ese sentido el uso masivo de modos de transportes alternativo, como en este caso la bicicleta; son herramientas que aportan una solución sobre todo en grandes ciudades.

En el ámbito económico el Biciturismo promueve los siguientes aspectos:

- Ahorro mensual en los biciusuarios que cambian de transporte público o carro particular, al uso de la bicicleta como medio de transporte.
- Es generador de empleo en negocios que comercian partes de bicicletas, hacen reparaciones y venden indumentaria.
- Apoya la creación de emprendimientos, por ejemplo microempresas dedicadas al préstamo de bicicletas y la distribución de domicilios.

---

<sup>20</sup> Son compuestos químicos en estado gaseoso como el vapor de agua (H<sub>2</sub>O en estado gaseoso), el dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>), el metano (CH<sub>4</sub>) y el óxido nitroso (N<sub>2</sub>O) que se acumulan en la atmósfera de la Tierra y que son capaces de absorber la radiación infrarroja del Sol, aumentando y reteniendo el calor en la atmósfera. Los gases efecto invernadero (GEI) contribuye al efecto invernadero intensificando sus efectos sobre el clima en la medida que aumentan. El dióxido de carbono (CO<sub>2</sub>): Es un gas que se produce de forma natural y también como subproducto de la combustión de la biomasa, cambios en el uso de las tierras y procesos industriales mediante el uso de combustibles fósiles. Es el principal gas de efecto invernadero antropogénico que afecta al equilibrio de radiación del planeta, y es el gas de referencia a partir del cual se miden otros gases de efecto invernadero según el IPCC (Panel Intergubernamental de Cambio Climático). Tomado de: <https://www.minambiente.gov.co/index.php/component/content/article?id=462:plantilla-cambio-climatico-18>

<sup>21</sup> El material particulado atmosférico engloba una gran variedad de compuestos que varían ampliamente tanto en sus características físico-químicas, como en su origen y vías de formación, y por tanto en sus efectos sobre la salud y el medio ambiente. La normativa y los métodos de muestreo se centran en el tamaño de las partículas, ya que resulta ser el principal factor limitante para la mayor o menor penetración en las vías respiratorias. Por ello, las redes de control llevan a cabo la determinación de aquellas partículas de menos de 10 µm de diámetro, denominadas PM<sub>10</sub>, que son las que presentan una mayor capacidad de acceso a las vías respiratorias y por lo tanto mayor afección a las mismas. Dentro de la fracción PM<sub>10</sub>, las partículas más pequeñas (menores de 2,5 µm, PM<sub>2,5</sub>) se depositan en los alvéolos, la parte más profunda del sistema respiratorio, quedando atrapadas y pudiendo generar efectos más severos sobre la salud. Tomado de: <https://www.miteco.gob.es/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/atmosfera-y-calidad-del-aire/emisiones/prob-amb/particulas.aspx>



- En el caso particular de Bogotá, un aspecto destacado, es el relacionado con todos los negocios que se configuran alrededor de la Ciclovía. De acuerdo con la Alcaldía Mayor de Bogotá, la cifra de gastos destinados por los biciusuarios en comidas, bebidas y servicio de mecánica en un fin de semana asciende a la suma de \$3.646.297.918 millones de pesos, cifra destacable dentro de la economía de la capital (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2014, pág. 52).

### **6.3.2 El Biciturismo en Bogotá**

En Colombia, Bogotá es el referente del Biciturismo; porque es la única ciudad del país que se encuentra en el COPENHAGENIZE INDEX<sup>22</sup>, el cual es una metodología que se desarrolló para establecer una referencia comparativa entre diferentes ciudades y determinar los mejores métodos para restablecer la bicicleta en el paisaje urbano. Para el año 2019 la capital obtuvo valoraciones parciales en los ámbitos urbanístico de 2.3, cultural 2.2 y de ambición de 2.8 (calificaciones sobre un puntaje máximo de 4.0); lo que generó un puntaje final de 58.1%, equivalente al puesto 12. En ese mismo año, la Alcaldía de Bogotá desarrolló el informe Estudio Biciturismo 2019 (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2019); en el cual mediante una encuesta aplicada en los sitios de ingreso a la ciudad, se recopiló información sobre las actividades que realizaron las personas durante su estadía y encontraron las siguientes cifras: 1) los bicituristas nacionales provenían principalmente de Antioquia (15,9%), Cundinamarca (14,8%), Valle del Cauca (10,9%) Santander (10,4%) y Tolima (7,6%). 2) a nivel de género, el 57,1% fueron hombres y 42,9% fueron mujeres.

---

<sup>22</sup> Disponible en <https://copenhagenizeindex.eu/the-index>

Dentro de las conclusiones del informe se destaca “las cifras encontradas demuestran una importante incursión de esta práctica en el territorio nacional, principalmente en la región central del país. Para el caso de Bogotá, el biciturismo, a partir de la cultura del uso de la bici desde hace varios años, ha permitido dinamizar diferentes sectores que han encontrado en el biciturismo una fuente de generación de ingresos dado el alto flujo de turistas que visita la ciudad”. Lo anterior, es causa de un importante cambio de concepción de los ciudadanos con respecto a la forma como se pueden movilizar dentro de la ciudad, lo cual está demostrado en un concepto emitido por la Alcaldía Mayor de Bogotá en El Libro de la Bici 2014.

El uso de la bicicleta en una ciudad como Bogotá contribuye a mejorar la movilidad, a disminuir la polución y la contaminación auditiva, a optimizar la economía de las personas, a que la salud física y mental de los ciudadanos mejore, y a acortar las distancias geográficas, socioeconómicas o de género. La bicicleta genera hábitos saludables para la ciudad. Entre más ciclistas haya, la ciudad estará mejor (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2014, pág. 77).

Lo expuesto anteriormente y la situación de pandemia del año 2020 y lo corrido del 2021, han demostrado que el Biciturismo se seguirá posesionado como práctica destacada en la ciudad, lo que está constatado por cifras de la Secretaría de Movilidad “Durante los meses de pandemia el uso de la bicicleta se incrementó enormemente; los bogotanos se reinventaron una manera de transporte de un modo más seguro por la ciudad. En abril de 2020 se registraban 360.000 viajes diarios en bici y a diciembre del mismo año, ya la cifra aumentaba a 650.000, lo que significó un incremento del 80%” (Ramírez, 2020).

## **6.4 Deporte social comunitario y Biciturismo**

El deporte social comunitario de acuerdo con (Duarte, 2011, pág. 15) se puede comprender como “un nuevo paradigma, diferente y de más trascendencia que el deporte moderno en tanto que es un proceso de construcción colectiva y constante de tejido comunitario, que usa como herramienta el deporte y las transformaciones que hace de él para tener un acceso real a la promoción de la calidad de vida”. De forma similar, la legislación colombiana define en el artículo 16 de la Ley 181 de 1995 al deporte social comunitario como “aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico de la comunidad. Procura integración, descanso y creatividad. Se realiza mediante la acción interinstitucional y la participación comunitaria para el mejoramiento de la calidad de vida”.

Con base en lo anterior, se describen a continuación las características del deporte social comunitario.

- Se puede aplicar mediante diferentes prácticas deportivas a una comunidad.
- Las personas partícipes no tienen limitaciones de edad, sexo, condición física, social, cultural o étnica.
- Precisa de un adecuado conocimiento y participación de la comunidad, y a partir de sus necesidades generar un diseño adecuado del programa y establecer los objetivos que generen pertenencia y al cumplirlos impacten en la mejora de su calidad de vida.
- Las propuestas o proyectos de trabajo se recomienda que estén vinculadas con gremios, empresas, comercios, ONG's, universidades, grupos de base, juntas vecinales, municipio, organizaciones provinciales y nacionales (Kisnerman, 2004).

Teniendo en cuenta lo expuesto anteriormente, se considera que el Biciturismo es la práctica deportiva adecuada para desarrollarse en la comunidad de mujeres víctimas de conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha; mediante la aplicación de una estrategia pedagógica, que se enmarca dentro del concepto de deporte social comunitario y pretende mejorar la calidad de vida de estas personas. Asimismo, la posible incorporación de otras prácticas deportivas diferentes a la planteada no contribuirían en el desarrollo de los siguientes objetivos 1) interiorizar el uso de la bicicleta como medio de transporte, 2) establecer lazos en la comunidad mediante la adopción de objetivos comunes asociados con la práctica del Biciturismo y con ello generar transmisión de conocimiento a futuras generaciones y 3) mitigar la segregación espacial, para que puedan acceder a diferentes bienes o servicios que están ubicados en otros lugares a los cuales no pueden acceder por las diversas dificultades de movilidad y por carencias económicas.

Adicional a lo anterior, las diversas situaciones a las que está sujeta la población residente en este sector de Soacha, tal como se precisa en el Anexo A: 1; dificulta el desarrollo de un proyecto de deporte social comunitario con otra práctica deportiva, sobre todo si este concepto se enmarca en actividades donde al final surge un ganador y un perdedor, porque en algunos casos se puede generar conflictos que desvirtúen el propósito fundamental del proyecto.

## **6.5 Identidad**

Abordar la noción de identidad con una población específica por medio del biciturismo entendiendo este, como un deporte social comunitario, el cual es explicado por (Cagigal, 1979), citado en (Robles, 2009) como “este tipo de deportes intenta saciar la necesidad humana de

movimiento lúdico-competitivo, pero tiene en cuenta los valores humanos y sociales del deporte, es decir, la salud, el esparcimiento, la socialización, el descanso, etc.”, en esa misma línea (Giménez, 2002) indica que “el concepto de Deporte para todos hace alusión al hecho de que toda persona tiene el derecho de practicar una actividad deportiva independientemente de su clase socio-económica, sexo, etc.”.

La unión de los dos conceptos anteriores, permite lograr en las participantes del proyecto reedifiquen su visión de sí mismas, de su contexto y del entorno socio-cultural, es por esto que se desglosaron diferentes categorías identificadas en los talleres, para así partir de lo particular para entender lo general, por lo cual uno de los primeros pasos a dar era distinguir como estas mujeres presentaban su historia personal de vida, cómo se percibían a sí mismas, es decir; su autoconcepto que conforme a lo explicado por (Esnaola, 2008, pág. 70) “El autoconcepto global vendría a ser el resultado de un conjunto de percepciones parciales del propio yo”, asimismo a sus familias y seres queridos, porque el modo de designar su realidad es de las primeras formas de asociar a qué abstracción identitaria se están acercando indistintamente de que ellas lo perciban o no, en segunda instancia apreciar y analizar cómo se entienden a ellas mismas dentro de una sociedad tan demandante como la actual en función de la identidad social, la cual se comprende de acuerdo con “la identidad social que se elabora a partir del reconocimiento, en la propia identidad, de valores, de creencias, de rasgos característicos del grupo o los grupos de pertenencia, que también resultan definatorios de la propia personalidad” M, Juliana. Apuntes sobre el concepto de identidad. (Vol 5. 2011), un tercer momento está asociado con el devenir de los seres humanos a lo largo de su vida, este sufre fluctuaciones que surgen de las experiencias

propias de la vida en sociedad, en razón de que la identidad se estima como una manifestación particular, de fabricación personal, que nace alegóricamente en intercomunicación con otros.

Para relacionar nuestro primer acercamiento a las concepciones teóricas que van a fundamentar el término de identidad, resulta importante revisar el concepto de (De La Torre, 2001) en relación con la identidad personal y colectiva “Cuando se habla de la identidad de un sujeto individual o colectivo hacemos referencia a procesos que nos permiten asumir que ese sujeto, en determinado momento y contexto, es y tiene conciencia de ser él mismo, y que esa conciencia de sí se expresa (con mayor o menor elaboración) en su capacidad para diferenciarse de otros, identificarse con determinadas categorías, desarrollar sentimientos de pertenencia, mirarse reflexivamente y establecer narrativamente su continuidad a través de transformaciones y cambios. [...]...Si se habla de la identidad personal, aunque filosóficamente se hable de la igualdad consigo mismo, el énfasis está en la diferencia con los demás; si se trata de una identidad colectiva, aunque es igualmente necesaria la diferencia con “otros” significativos, el énfasis está en la similitud entre los que comparten el mismo espacio sociopsicológico de pertenencia.”

Cuando a una persona, en este caso una mujer colombiana, que le arrebataron de forma violenta y repentina todos los elementos que han fundamentado y complementado su identidad a lo largo de su vida, identidad que de acuerdo con (Piaget, 1971) citado en (Valenzuela, 2012, pág. 2) “se modifica evolutivamente a través de los procesos de asimilación y acomodación, los cuales en la interacción con la realidad transforman los esquemas, permitiendo el equilibrio y la adaptación”. Ella pierde casi por completo toda consciencia de quién es y a dónde pertenece, se siente extraída

de su realidad, humillada y dejada a su suerte, sin muchas oportunidades, consecuencia de que en la mayoría de los casos tienen que salir huyendo del entorno cultural donde se criaron a lugares con costumbres y tradiciones diferentes, desconocidas, a las cuales en el mejor de los casos logran adaptarse de forma abrupta descifrando que en las ciudades como en los entornos más salvajes se da la ley de supervivencia del más fuerte, conociendo de antemano todos los datos, relatos y documentación sobre el escenario latinoamericano machista y misógino al que además tiene que enfrentarse una mujer, en palabras de (Lamas, 1996) “Si bien las diferencias sexuales son la base sobre la cual se asienta una determinada distribución de papeles sociales, esta asignación no se desprende “naturalmente” de la biología, sino que es un hecho social.” Entonces es de esta manera que la ciudad recibe a una mujer víctima de violencia, desplazamiento forzado y despojo de su identidad, haciéndole creer que las funciones que se asignan al hombre o a una mujer, partiendo de sus características fisiológicas reproductivas, y que son valoradas como “normales”, cuando en realidad son abstracciones socioculturales que se han ido gestando desde la conquista y es que la educación de un grupo social supedita la conducta propia de las personas que lo conforman, la forma en que la ciudad tiene la obligación de recibir a los afectados por conflicto armado, debería ser diferente, debido a que esta no debe condicionar a las víctimas a lo que la misma les quiera dar, que en un gran porcentaje de los casos son las sobras de lo que los habitantes de la metrópolis dejan, sino acoger y satisfacer las necesidades reales de estos despojados de identidad y buscar la forma de que estos resignifiquen su singularidad, en virtud de que la identidad personal se enlaza a un sentido de pertenencia a las diversas formas de representaciones socioculturales con las que sentimos que tenemos características similares.

A modo de cierre de las diferentes acepciones o pensamientos acerca del término identidad y como este tiene la capacidad de fluctuar o reconstruirse, se acoge (Goffman, 2006) “La identidad se constituye en una forma de autoafirmación de un grupo social con unas condiciones culturales, económicas y sociales muy particulares, según el territorio, la comunidad y las expresiones cotidianas de un colectivo humano específico”.



## **7 Capítulo VII: Marco legal sobre conflicto armado**

Teniendo en cuenta la grave situación de violación de los derechos humanos en Colombia por cuenta del conflicto armado, se ha desarrollado este capítulo con el fin de revisar la normativa a nivel internacional y nacional que se ha dispuesto para atender a las diferentes víctimas.

### **7.1 Legislación internacional**

A nivel internacional se reconocen dos conjuntos de derechos que siempre se deben aplicar en un conflicto armado. El primero es el derecho internacional de los derechos humanos que constituye

Un sistema de normas internacionales destinadas a proteger y promover los derechos humanos de todas las personas. Estos derechos, que son inherentes a todos los seres humanos, cualquiera que sea su nacionalidad, lugar de residencia, sexo, origen nacional o étnico, color de la piel, religión, idioma o cualquier otra condición, están interrelacionados y son interdependientes e indivisibles.  
(Naciones Unidas, 2011, pág. 5)

Lo anterior implica que los estados deben proceder de cierta forma o abstenerse de realizar determinados actos, para proteger los derechos humanos y las libertades fundamentales de personas o grupos.

El segundo derecho es el derecho internacional humanitario<sup>23</sup>, el cual es “conjunto de normas que, por razones humanitarias, aspiran a limitar los efectos del conflicto armado. Protege a las personas que no participan o han dejado de participar en las hostilidades y restringe los medios y métodos de combate” (Naciones Unidas, 2011, pág. 5). Este derecho aplica a todas las partes que participen en un conflicto armado independiente de las causas. Dentro de su constitución, tiene establecido las Normas Consuetudinarias del Derecho Internacional Humanitario, las cuales son: El Principio de Distinción, Personas y Bienes Especialmente Protegidos, Métodos Específicos de Guerra, Armas, Trato Debido a las Personas Civiles o Fuera de Combate y Aplicación (Oficina en Colombia del Alto Comisionado de las Naciones Unidas, 2012).

## **7.2 Legislación nacional**

A continuación, se abordarán algunas de las leyes que ha creado el estado colombiano en reconocimiento a las víctimas del conflicto armado, para dignificar a las personas a través de diferentes acompañamientos y generar reintegración a la vida social, mediante oportunidades incluyentes en los ámbitos de educación, salud, seguridad y trabajo.

Constitución Política de Colombia: documento que establece las normas que rigen a la sociedad colombiana. En este sentido hace posible la construcción de un marco de paz, tal como lo menciona (Villarraga, 2011) “La Constitución Política de 1991 constituye el mayor aporte para la recuperación de la paz por cuanto recuperó la soberanía popular, consagró derechos y

---

<sup>23</sup> El comité Internacional de La Cruz Roja indica al respecto: “Los Convenios de Ginebra y sus Protocolos adicionales son la piedra angular del derecho internacional humanitario, es decir el conjunto de normas jurídicas que regulan las formas en que se pueden librar los conflictos armados y que intentan limitar los efectos de éstos”.

garantías fundamentales y fue el fundamento para los pactos de paz conseguidos con las guerrillas. A la vez, creó condiciones políticas e institucionales para superar tanto las condiciones de violencia estructural representadas en la inequidad y la exclusión como las propias del conflicto armado y los factores de violencia”.

Ley 418 de 1997: “Por la cual se consagran unos instrumentos para la búsqueda de la convivencia, la eficacia de la justicia y se dictan otras disposiciones”. (Congreso de la República de Colombia, 1997).

Ley 387 de 1997: “por la cual se adoptan medidas para la prevención del desplazamiento forzado; la atención, protección, consolidación y esta estabilización socioeconómica de los desplazados internos por la violencia en la República de Colombia” (Congreso de la República de Colombia, 1997). De esta ley se destacan los siguientes artículos:

Artículo 15º: De la Atención Humanitaria de Emergencia. Una vez se produzca el desplazamiento, el Gobierno Nacional iniciará las acciones inmediatas tendientes a garantizar la atención humanitaria de emergencia con la finalidad de socorrer, asistir y proteger a la población desplazada y atender sus necesidades de alimentación, aseo personal, manejo de abastecimientos, utensilios de cocina, atención médica y psicológica transporte de emergencia y alojamiento transitorio en condiciones dignas.

Artículo 22º.- Del objeto. El Fondo Nacional para la Atención Integral a la Población Desplazada por la Violencia tiene por objeto financiar y/o cofinanciar los programas de prevención del desplazamiento, de atención, humanitaria de emergencia, de retorno, de estabilización y consolidación socioeconómica y la instalación y operación de la Red Nacional de Información.

Ley 1448 de 2011: “Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones.” (Congreso de la República de Colombia, 2011).

Dentro del contenido de esta ley, es importante resaltar los siguientes artículos:

ARTÍCULO 3. “VÍCTIMAS. Se consideran víctimas, para los efectos de esta ley, aquellas personas que individual o colectivamente hayan sufrido un daño por hechos ocurridos a partir del 1º de enero de 1985, como consecuencia de infracciones al Derecho Internacional Humanitario o de violaciones graves y manifiestas a las normas internacionales de Derechos Humanos, ocurridas con ocasión del conflicto armado interno”.

ARTÍCULO 4. DIGNIDAD: “El fundamento axiológico de los derechos a la verdad, la justicia y la reparación, es el respeto a la integridad y a la honra de las víctimas. Las víctimas serán tratadas con consideración y respeto, participarán en las decisiones que las afecten, para lo cual contarán con información, asesoría y acompañamiento necesario y obtendrán la tutela efectiva de sus derechos en virtud del mandato constitucional, deber positivo y principio de la dignidad.” El gobierno tiene la responsabilidad de reintegrar a aquellas personas afectadas por el conflicto a la participación ciudadana que tienen por derecho y para esto deben priorizar la ayuda para el debido proceso.

ARTÍCULO 13. ENFOQUE DIFERENCIAL. El principio de enfoque diferencial reconoce que hay poblaciones con características particulares en razón de su edad, género, orientación sexual y situación de discapacidad. Por tal razón, las medidas de ayuda humanitaria, atención, asistencia y reparación integral que se establecen en la presente ley, contarán con dicho enfoque. El Estado

ofrecerá especiales garantías y medidas de protección a los grupos expuestos a mayor riesgo de las violaciones contempladas en el artículo 3° de la presente Ley tales como mujeres, jóvenes, niños y niñas, adultos mayores, personas en situación de discapacidad, campesinos, líderes sociales, miembros de organizaciones sindicales, defensores de Derechos Humanos y víctimas de desplazamiento forzado.

### **7.2.1 Acuerdo de paz con las FARC-EP y el deporte**

El acuerdo de paz es uno de los principales procesos gubernamentales para mitigar los efectos que ha dejado el conflicto armado, en relación con los fenómenos de expropiación de tierras, desplazamientos, masacres y diferentes abusos hacia los habitantes de los territorios rurales. Este proceso pretende que las personas pertenecientes a este grupo armado abandonen las armas y se desmovilicen reintegrándose a las diferentes comunidades, mediante diferentes propuestas entre ellas el deporte social comunitario tal se enunció en la sección 6.4. y con ello generar sinergias entre excombatientes y los habitantes de un territorio al realizar una práctica deportiva en conjunto, constituyendo una nueva fase del posconflicto.

### **7.2.2 Legislación especial para las mujeres víctimas del conflicto armado**

El estado colombiano se ha comprometido a nivel internacional a respaldar los acuerdos que se mencionan en la Figura 10, con el fin de garantizar protección y acceso a derechos fundamentales; para lograr equidad, justicia, participación y representación política. De modo similar, en el marco del conflicto armado se han promulgado leyes específicas para atender a las víctimas de violencia de género haciendo un énfasis especial en la violencia sexual, esta normativa se aprecia en la Figura 11.

| <b>Acuerdos internacionales</b>  |
|--|
| Convención Interamericana sobre la Concesión de los Derechos Políticos a la Mujer (1948)                                       |
| La Convención sobre los Derechos Políticos de la Mujer (1952)  |
| El Pacto Internacional de Derechos Civiles y Políticos (1966)  |
| El Pacto Internacional de Derechos Económicos, Sociales y Culturales (1966)  |
| La Convención Americana sobre los Derechos Humanos (1969)  |
| Convención para la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación contra la Mujer, "CEDAW" (1979)                           |
| Declaración y Programa de Acción de Viena (1993)   |
| Convención Interamericana para Prevenir, Sancionar y Erradicar la Violencia contra la Mujer, "Convención Belem do Pará" (1994) |
| Declaración de Beijing (1995)  |
| Estatuto de Roma de la Corte Penal Internacional (1998)  |

Figura 10. Acuerdos internacionales ratificados por el estado colombiano. Fuente: (Unidad para las víctimas, 2018). Elaboración propia.

| <b>Ley</b>   | <b>Objeto</b>   |
|--------------|---|
| 1257 de 2008 | Garantizar para todas las mujeres una vida libre de violencia, tanto en el ámbito público como en el privado          |
| 1232 de 2008 | Define la Jefatura Femenina de Hogar  |
| 1413 de 2010 | Inclusión de la economía del cuidado para medir la contribución de la mujer al desarrollo económico y social del país |
| 1450 de 2011 | Garantizar los derechos humanos integrales e interdependientes de las mujeres y la igualdad de género                 |
| 1448 de 2011 | Integración del principio de enfoque diferencial  |
| 1542 de 2012 | Permite la denuncia de un tercero a la violencia intrafamiliar y a la inasistencia alimentaria                        |

Figura 11. Leyes colombianas que brindan atención integral a personas víctimas de violencia de género en el conflicto armado. Fuente: (Unidad para las víctimas, 2018). Elaboración propia.

Otros instrumentos normativos adicionales que se han desarrollado son:

Documentos Conpes:

- i. 3726 de 2012; donde se define “los lineamientos y plan de ejecución de metas, presupuesto y mecanismos de seguimiento para el Plan Nacional de Atención y Reparación Integral a Víctimas y en respuesta complementaria a la atención a los derechos de las mujeres”.
- ii. 161 de 2013: hace referencia a “la Política Pública Nacional de Equidad de Género para las Mujeres”.
- iii. 3784 de 2013: se establece “los lineamientos de la Política Pública para la prevención de riesgos, la protección y garantía de los Derechos a las mujeres víctimas del conflicto armado”.

## 8 Capítulo VIII: Metodología

Este capítulo se ha desarrollado para establecer y presentar las herramientas metodológicas que permitan realizar una adecuada recolección de la información, su posterior análisis y luego implementar acciones que posibiliten un cambio en el nivel de vida de las mujeres víctimas de conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, al mismo tiempo; fortalecerá la labor docente de los futuros licenciados mediante la aplicación de sus conocimientos en uno de los sectores sociales más necesitados. En relación con lo anterior, esta tesis se desarrolló bajo un enfoque cualitativo<sup>24</sup>, de tipo descriptivo con un diseño basado en la investigación-acción de carácter participativo y la recopilación de la información se hará mediante entrevistas estructuradas, semi-estructuradas y diario de campo.

### 8.1 Enfoque

La palabra cualitativa proviene del latín *qualitas*, que hace referencia a la naturaleza, carácter y propiedades de los fenómenos (Sampieri, 2014, pág. 4). Las características más relevantes de este enfoque son: a) se desarrolla en ambientes naturales, b) es holístico, porque analiza el todo sin reducirlo a ciertas partes y c) los significados se extraen de los datos sin implicar procesos de análisis numéricos asociados con la estadística. En cuanto al proceso es no lineal, dado que el investigador puede volver a fases iniciales en la medida que recolecta la información, analiza múltiples realidades subjetivas y se concibe como un conjunto de prácticas interpretativas que transforman la información de la realidad en observaciones, grabaciones y documentos. Sus

---

<sup>24</sup> Este enfoque también se conoce como investigación naturalista, fenomenológica, interpretativa o etnográfica. (Sampieri, 2014, pág. 7)



ventajas están enmarcadas en la posibilidad de acceder a múltiples significados, amplitud de criterios y riqueza interpretativa, pues se pretende encontrar un sentido a los fenómenos en concordancia con lo que las personas o comunidades inmersas en la investigación indiquen. En la Figura 12 se resumen las características, proceso y ventajas de este enfoque.

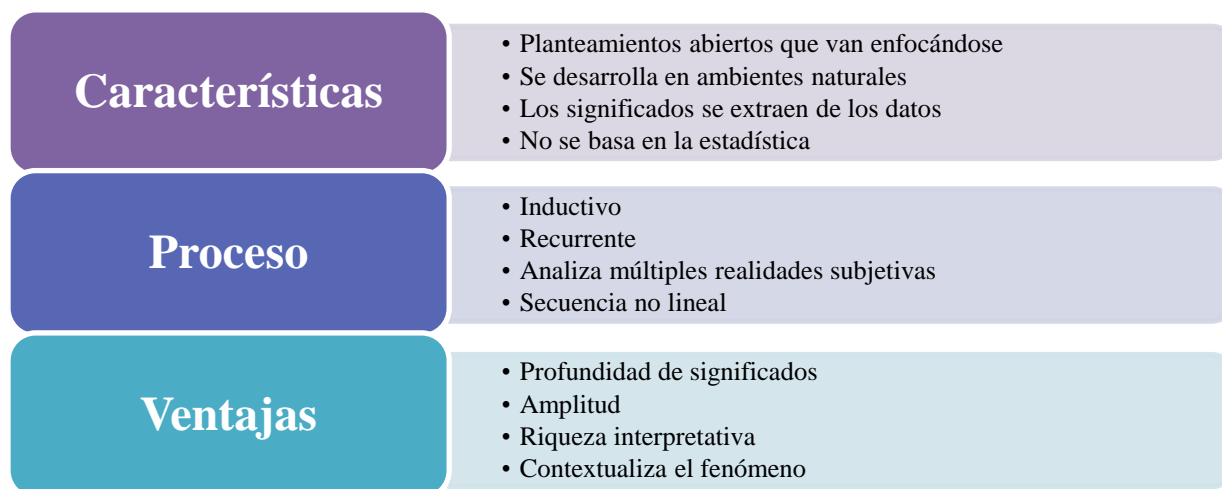


Figura 12. Elementos que componen el enfoque cualitativo.

Fuente: (Sampieri, 2014, pág. 3).

## 8.2 Tipo

Dado que se pretende puntualizar rasgos de una población, se escogió el tipo descriptivo porque de acuerdo con (Sabino, 1992, pág. 47) “su preocupación primordial radica en describir algunas características fundamentales de conjuntos homogéneos de fenómenos”.

## 8.3 Diseño

Teniendo en cuenta la pregunta problema planteada en la sección 2.1, se estableció que el diseño es investigación- acción. De acuerdo con (Sampieri, 2014, pág. 496) “Su precepto básico es que

debe conducir a cambiar y por tanto este cambio debe incorporarse en el propio proceso de investigación. Se indaga al mismo tiempo que se interviene.”

En función de su objetivo, el diseño de investigación-acción de acuerdo con (Stringer, 1999), citado en (Sampieri, 2014, pág. 497) pretender ser:

- Democrática, puesto que habilita a todos los miembros de un grupo o comunidad para participar.
- Equitativa, las contribuciones de cualquier persona son valoradas y las soluciones incluyen a todo el grupo o comunidad.
- Liberadora, una de sus finalidades reside en combatir la opresión e injusticia social.
- Detonadora de la mejora de las condiciones de vida de los participantes.

Asimismo, el tipo de investigación-acción que se adecua a este proyecto es el participativo porque se pretende: a) Estudiar temas sociales que constriñen la vida de las personas de un grupo o comunidad, b) Resaltar la colaboración equitativa de todo el grupo o comunidad, c) Generar cambios para mejorar el nivel de vida y el desarrollo humano de los individuos y d) Emancipar a los participantes y al investigador (Sampieri, 2014, pág. 497).

Las fases para desarrollar un diseño de investigación-acción de acuerdo con (Sampieri, 2014, pág. 498) y otros autores citados por él son las siguientes:

- Detectar el problema de investigación, clarificarlo y diagnosticarlo (ya sea un problema social, la necesidad de un cambio, una mejora, etcétera).
- Formulación de un plan o programa para resolver el problema o introducir el cambio.
- Implementar el plan o programa y evaluar resultados.

- Realimentación, la cual conduce a un nuevo diagnóstico y a una nueva espiral de reflexión y acción.

## **8.4 Herramientas de recolección de información**

### **8.4.1 Diario de campo**

De acuerdo con (Restrepo, 2018, pág. 64) el diario de campo se compone de “notas que regularmente escribe el etnógrafo durante sus estadías en terreno registrando la información y elaboraciones pertinentes para su investigación. Son notas escritas todos los días, de ahí su nombre de diario”.

Las dos características más relevantes de esta herramienta, que permiten que sea un elemento importante en el desarrollo de la investigación son:

- Debe ser escrito de forma sistemática y disciplinada los días en los cuales se tenga actividad de campo.
- Las anotaciones deben ser de calidad, detalladas y pertinentes de acuerdo con el propósito de la investigación.

Finalmente de forma analítica, un diario de campo permite al etnógrafo: a) guardar la información, b) permitir una permanente reflexión sobre la investigación y c) construir una agenda de trabajo conforme se va desarrollando el proceso de investigación.

En la Figura 13, se observa el formato de diario de campo utilizado en el desarrollo de esta tesis.

|   |                                     |  |               |
|---|-------------------------------------|--|---------------|
|    |                                     | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo #</b> |               |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biculturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha. |                                     |  |               |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos   |                                     |  |               |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón  |                                     |  |               |
| <b>Fecha:</b> dd/mm/aaaa  | <b>Hora de inicio:</b><br>hh:mm a.m | <b>Hora de finalización:</b><br>hh:mm p.m  | <b>Lugar:</b> |
| <b>Participantes:</b>   |                                     |  |               |
| <b>Relato:</b>  |                                     |  |               |
| <b>Conclusiones:</b>  |                                     |  |               |

Figura 13. Formato del diario de campo. Elaboración propia.


## 8.4.2 Entrevistas

La entrevista es una herramienta que permite recopilar información acorde con un objetivo determinado, en ese sentido (Restrepo, 2018, pág. 76) afirma que es un “diálogo formal orientado por un problema de investigación”; lo que implica que previamente se han diseñado los contenidos y las formas de registrarlos, para evitar improvisaciones. Para el desarrollo de este trabajo, se aplicarán entrevistas estructuradas y semiestructuradas.

### Estructurada

Es aquella en la cual el entrevistador realiza una serie de preguntas específicas, respetando el orden planteado inicialmente. Aunque algunos autores indican que puede ser demasiado formal,

una de sus ventajas es al hacer las mismas preguntas a los partícipes de la investigación se puede analizar y clasificar las respuestas con mayor facilidad. Para aplicar este concepto se desarrollaron dos tipos de entrevistas, la primera consiste en una ficha de inscripción al proyecto y la segunda una entrevista con unas preguntas fijas. Los formatos se observan en la Figura 15 y la Figura 15.

|   |              |              |                           |  |             |  |  |
|---|--------------|--------------|---------------------------|--|-------------|--|--|
|                |              |              |                           | <p align="center"><b>Facultad de Educación Física</b><br/><b>Licenciatura en Deporte</b></p> <p><b>Ficha de preinscripción al proyecto Trabajo de grado: El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</b></p> |             |  |  |
| <b>Datos Personales</b>   |              |              |                           |  |             |  |  |
| <b>Nombre:</b>  |              | <b>Edad:</b> | <b>Número de Celular:</b> |  | <b>C.C:</b> |  |  |
| <b>Dirección:</b>   |              |              | <b>Región de origen:</b>  |  |             |  |  |
| <b>Información médica</b>   |              |              |                           |  |             |  |  |
| <b>Talla:</b>   | <b>Peso:</b> | <b>EPS:</b>  |                           | <b>Tipo de sangre:</b>   |             |  |  |
| <b>Enfermedades preexistentes: ¿Cuáles? ¿Consume algún medicamento?</b>                         |              |              |                           |  |             |  |  |
| <b>Practica un deporte, ¿Cuál?</b>  |              |              |                           |  |             |  |  |
| <b>Información general</b>  |              |              |                           |  |             |  |  |
| <b>Indique cuales son los problemas más relevantes que afectan su entorno y calidad de vida</b> |              |              |                           |  |             |  |  |
| <b>Sugerencias u observaciones</b>  |              |              |                           |  |             |  |  |

*Con el diligenciamiento del presente formulario autorizo de forma voluntaria, el tratamiento de datos y material filmográfico según lo dispuesto por la normatividad colombiana.*

**Firma:**

Figura 14. Ficha de preinscripción. Elaboración propia.


|   |   |               |
|---|---|---------------|
|  | <b>Facultad de Educación Física</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><u>Trabajo de grado:</u> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |               |
|   | <b>Ficha de presentación y caracterización de la entrevista estructurada</b>  |               |
| Lugar, fecha y hora de inicio   | dd/mm/aaaa  | Entrevistado: |
| Tutor   | Alejandro Villanueva Bustos   |               |
| Entrevistadores   | Carlos Andrés León Castañeda, Mayra Alejandra Moreno Lara, María Catalina Orozco Pino y Robinson Ferrey Villabon Sánchez  |               |
| Rol u ocupación   | Estudiantes de Licenciatura en Deporte. Énfasis Social  |               |
| Problema de investigación   | ¿Cómo incide el biciturismo en la reconstrucción de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?  |               |
| Preguntas   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Cree que la forma como los investigadores del proyecto les explicaron los temas mecánicos de la bicicleta y las normas de tránsito, fue acorde?, ¿Qué mejoras cree que se pueden hacer?</li> <li>2. ¿Conocer diferentes sitios de interés cultural, educativo e histórico mediante desplazamientos en bicicleta, modificó en usted algunas actitudes como persona?, ¿Cuáles y porque cree que se dio ese cambio?</li> <li>3. ¿Considera que la actividad física al aire libre es apta para mejorar la salud física y mental en época de pandemia?</li> <li>4. Si le pidieran que explicara en pocas palabras el objetivo del proyecto, como lo haría?</li> <li>5. Realice un listado de enseñanzas que le dejó la participación en el proyecto.</li> <li>6. ¿Qué aspectos cree se deben mejorar, si esta propuesta se fuera a aplicar en otra zona de Soacha?</li> <li>7. Cree usted que usar de forma frecuente la bicicleta le genera empoderamiento?, ¿porqué?</li> </ol> |               |

Figura 15. Formato de entrevista estructurada. Elaboración propia.

### Semiestructurada

La entrevista semiestructurada, permitirá acceder a la información de cada una de las mujeres participes del proyecto y con ello analizar sus realidades subjetivas que serán uno de los insumos que permitirá definir los cambios a introducir en sus entornos. De acuerdo con (Sampieri, 2014,

pág. 403), las entrevistas semiestructuradas “se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información”, lo anterior posibilita resolver el problema de estudio, cuando este no se puede observar de forma directa o es muy difícil hacerlo por cuestiones éticas o de complejidad. Este mecanismo al igual que la ficha de preinscripción, se utilizará en la fase inicial del proyecto. El formato desarrollado se observa en la Figura 16.


|   |   |               |
|---|---|---------------|
|  | <b>Facultad de Educación Física</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><u>Trabajo de grado:</u> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |               |
| <b>Ficha de presentación y caracterización de la entrevista semiestructurada</b>  |   |               |
| Lugar, fecha y hora de inicio   | dd/mm/aaaa  | Entrevistado: |
| Tutor   | Alejandro Villanueva Bustos   |               |
| Entrevistadores   | Carlos Andrés León Castañeda, Mayra Alejandra Moreno Lara, María Catalina Orozco Pino y Robinson Ferney Villabon Sánchez  |               |
| Rol u ocupación   | Estudiantes de Licenciatura en Deporte. Énfasis Social  |               |
| Problema de investigación   | ¿Cómo incide el biciturismo en la reconstrucción de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?  |               |
| Temas a tratar  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lugar de procedencia</li> <li>• Conflicto armado</li> <li>• Traslado a Bogotá</li> <li>• Soacha como lugar de residencia</li> <li>• Sitios de interés turístico, educativo y cultural</li> <li>• Dedicación actual</li> <li>• Composición del núcleo familiar</li> <li>• Actividad física y uso de la bicicleta</li> <li>• Mayor sueño</li> <li>• Opinión sobre el proyecto</li> </ul> |               |

Figura 16. Formato de entrevista semiestructurada. Elaboración propia.

## Consentimiento informado

El formato que autoriza el uso y análisis de la información recopilada en el proyecto se observa en la Figura 17.



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL, FACULTAD DE EDUCACIÓN FÍSICA

*FORMATO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO PARA LA ENTREVISTA DEL PROYECTO EL BICITURISMO COMO DEPORTE SOCIAL EN LA RESIGNIFICACIÓN DE LA IDENTIDAD EN MUJERES VÍCTIMAS DEL CONFLICTO ARMADO QUE RESIDEN EN EL BARRIO TORRENTES, MUNICIPIO DE SOACHA CUNDINAMARCA*

Fecha: dd/mm/aaaa

Yo, \_\_\_\_\_ identificada con cédula de ciudadanía \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ doy consentimiento de utilizar la información de esta entrevista para fines académicos, pedagógicos y formativos, enmarcados en la investigación "Biciturismo como deporte social en la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio torrentes del municipio de Soacha Cundinamarca", realizada por los estudiantes Catalina Orozco, Carlos León, Mayra Moreno y Robinson Villabon, con la tutoría del Mg. Alejandro Villanueva, pertenecientes a la Licenciatura en Deporte, de la Facultad de Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional.

Adicionalmente se me informó que:

- Mi participación en esta entrevista es completamente libre y voluntaria, estoy en libertad de retirarme de ella en cualquier momento.
- No recibiré beneficio económico de ninguna clase por la participación en esta entrevista. Sin embargo, se espera que la realización de esta conversación permita a las participantes reflexionar y ahondar sobre aspectos de su vida a los que posiblemente no le prestaban tanta atención anteriormente.
- Toda la información obtenida y los resultados de la entrevista serán tratados confidencialmente. Esta información será archivada en papel y medio electrónico. El archivo del estudio se guardará en la Universidad Pedagógica Nacional bajo la responsabilidad de los investigadores.

Hago constar que el presente documento ha sido leído y entendido por mí en su totalidad de manera libre y espontánea.

\_\_\_\_\_  
Firma

Documento de identidad: \_\_\_\_\_ No. \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Figura 17. Formato del consentimiento informado. Elaboración propia.



## **9 Capítulo IX: Resultados**

Este capítulo presenta el análisis de la información obtenida mediante la aplicación de la ficha de inscripción, las entrevistas semiestructuradas, estructuradas, los diarios de campo, las planeaciones y las salidas realizadas.

### **9.1 Caracterización de la población**

Este proceso se realizó en dos fases, la primera consistió en obtener información básica de la población mediante la aplicación de la ficha de inscripción y posteriormente se establecieron los rasgos que identifican a cada una de las mujeres participantes del proyecto, mediante el análisis de las entrevistas estructuradas y semiestructuradas.

#### **9.1.1 Fichas de inscripción**

Para ubicar la población, se realizaron varios acercamientos con entidades sin ánimo de lucro ubicadas en las localidades de Suba y Fontibón y en el municipio de Soacha. En cada una de estas ubicaciones se presentó el proyecto de forma preliminar, pero debido a circunstancias asociadas a la pandemia y a las características de la población que tenían disponible, no fue posible desarrollar el trabajo de grado. Se siguieron realizando gestiones y mediante la colaboración del profesor Alejandro Villanueva, se logró establecer contacto con una egresada de Licenciatura en Deporte y a través de ella acceder a la señora Luz Stella Pineda, quien es líder de un grupo de mujeres víctimas de conflicto armado que residen en el municipio de Soacha. Se logró concertar mediante llamada telefónica una reunión con la señora Luz Stella Pineda (ver

Anexo A: 1) para presentarle el proyecto y posteriormente ella convocó al grupo para el encuentro inicial tal como se relata en el Anexo B: diarios de campo 1.

En este primer encuentro se aplicó la ficha de inscripción, para establecer información básica de la conformación del grupo y de algunas particularidades de las participantes, tal como se observa en la Tabla 2.

De acuerdo con los datos recolectados, la mayoría de las integrantes del grupo provienen de departamentos ubicados en las regiones Caribe, Andina y Pacífica, el rango de edad varía entre los 14 a 50 años con una media de 37 años, un promedio de 3 hijos, 13 de ellas (68.4%) manifestaron no tener ningún historial deportivo, 9 (47.4%) indicaron que consumen medicamentos asociados a problemas de salud y 8 (42.1%) se sienten inseguras al salir de sus casas por la situación actual del país. Dado que la gran mayoría indicó no tener acceso a una bicicleta, se inició el contacto con la Fundación Tortuga<sup>25</sup>, para acceder a una donación de bicicletas y poder usarlas una vez se inicien los recorridos<sup>26</sup>.

Dentro del desarrollo de esta primera sesión, se notó que la mayoría de las participantes tenían sobrepeso y en las actividades de baile fue evidente que algunas no tenían un buen estado físico porque no podían mantener el ritmo y se cansaban muy rápido. Otro aspecto relevante fue la expresión en sus rostros al iniciar la actividad, lo que revelaba un estado de ánimo decaído que fue cambiando en la medida que se sintieron integradas.

---

<sup>25</sup> El contacto con esta fundación se hizo mediante la página de Facebook de este colectivo y luego se realizó una llamada telefónica para establecer las condiciones bajo las cuales se podía acceder a una donación.

<sup>26</sup> Posterior al primer encuentro en el grupo de WhatsApp “Grupo-Biciturismo” (ver Figura 24) se les mencionó que en las siguientes sesiones no era necesario llevar bicicleta y que para iniciar los recorridos se estaba evaluando una opción para poder ayudarles a tener una.

Tabla 2. Participantes que se inscribieron en el proyecto.

| <b>Nombre y apellidos</b> | <b>Edad</b> | <b>Región de origen</b> | <b>Cantidad de hijos</b> | <b>Tiene bicicleta</b> |
|---------------------------|-------------|-------------------------|--------------------------|------------------------|
| Mujer 1                   | 33          | Chocó                   | 3                        | No                     |
| Mujer 2                   | 40          | Boyacá                  | 3                        | Si                     |
| Mujer 3                   | 45          | Cauca                   | 3                        | Si                     |
| Mujer 4                   | 38          | Antioquia               | 1                        | No                     |
| Mujer 5                   | 37          | Córdoba                 | 4                        | No                     |
| Mujer 6                   | 39          | Cesar                   | 4                        | No                     |
| Mujer 7                   | 14          | Cundinamarca            | -                        | No                     |
| Mujer 8                   | 40          | -                       | -                        | No                     |
| Mujer 9                   | 40          | Chocó                   | 3                        | No                     |
| Mujer 10                  | 40          | Antioquia               | 5                        | No                     |
| Mujer 11                  | 22          | Antioquia               | 2                        | No                     |
| Mujer 12                  | 45          | -                       | 2                        | No                     |
| Mujer 13                  | 36          | Tolima                  | 2                        | Si                     |
| Mujer 14                  | 34          | Cundinamarca            | 4                        | -                      |
| Mujer 15                  | 50          | Huila                   | 6                        | No                     |
| Mujer 16                  | 50          | Tolima                  | 6                        | No                     |
| Mujer 17                  | 42          | Bogotá                  | 4                        | No                     |
| Mujer 18                  | 36          | Antioquia               | 3                        | No                     |
| Mujer 19                  | 28          | Chocó                   | 3                        | No                     |

*Por motivos asociados al uso de datos, sólo se reporta en esta tabla información básica y el resto hace parte del archivo de los investigadores.*

### 9.1.2 Entrevistas semiestructuradas y estructuradas

Para esta fase del proyecto se había realizado, adicional al encuentro inicial; 2 sesiones asociadas a talleres sobre uso de la bicicleta y normas de tránsito y dos recorridos a lugares aledaños al municipio de Soacha. Tal como se evidencia en la sección Anexo B: diarios de campo, se realizaron visitas adicionales al barrio Torrentes, con el fin de distribuir publicidad del proyecto y con ello lograr convocar a más mujeres. Pese a lo anterior, inicialmente participaron 4<sup>27</sup>; pero sólo dos de ellas las señoras Blanca Nubia Piamba y Milena Cárdenas, hicieron todas las actividades incluidas las entrevistas.

Las entrevistas aplicadas permitieron conocer con mayor detalle rasgos característicos de estas participantes asociados a su vida familiar, sueños, situaciones difíciles que han superado y rasgos personales afianzados mediante las acciones realizadas por el proyecto. A continuación se realizará una descripción de cada una de las señoras con base en la información recolectada en las entrevistas (Anexo C: entrevistas semiestructuradas y Anexo D: entrevistas estructuradas), los diarios de campo de los investigadores (Anexo B: diarios de campo) y el diario de campo reflexivo (Anexo E: diarios reflexivos)

#### Blanca Nubia Piamba

Blanca es una persona que se caracteriza por ser extrovertida, perseverante, solidaria, respetuosa, resiliente, responsable y con conciencia social respecto a la situación del país. Dentro de sus gustos más destacados está el montar en bicicleta, la fotografía, el contacto con la naturaleza, compartir con familia (hijos) y generar lazos de amistad. Dos sueños importantes para ella son

---

<sup>27</sup> Las 4 participantes de las primeras actividades tenían bicicleta y por tanto no se siguió adelantando el proceso de una posible donación por medio de la Fundación Tortuga.

conocer Machu Picchu y que sus hijos estudien y sean independientes. Sus preocupaciones más destacadas son la falta de oportunidades para sus hijos, el ambiente en Soacha asociado con la inseguridad y la convivencia, al igual que no tener un trabajo estable para acceder a prestaciones sociales y con ello cubrir sus gastos básicos. Aunque vive en constante comunicación con su familia, extraña no vivir cerca de ellos y el ambiente que tenía en su lugar de origen.

### Milena Cárdenas

Milena es una persona introvertida, pero aún así siempre estuvo dispuesta a compartir, se caracterizó por ser solidaria, respetuosa, resiliente, responsable y con conciencia social. Sus gustos más destacados son montar en bicicleta, estar en contacto con la naturaleza y compartir con familia (esposo e hijos). Dos sueños importantes para ella son conocer Machu Picchu y devolverse nuevamente al campo a su propia finca a cultivar. Sus preocupaciones son la falta de oportunidades para que sus hijos accedan a estudios superiores, la estigmatización que hay sobre los habitantes de Soacha y la injusticia que hay en el país. En cuanto a la relación con sus demás familiares, aunque no se ven muy seguido; siempre están pendientes por si alguno necesita ayuda.


Los aportes del proyecto a la resignificación de la identidad de Blanca y Milena, se establecen mediante el afianzamiento de los siguientes aspectos: libertad que para ellas fue determinante debido a la situación de pandemia que generó encierro, contacto con la naturaleza lo que les permitió identificarse con sus lugares de origen donde estaban rodeadas de un entorno natural, actividad física frecuente para mitigar el sedentarismo a causa de la pandemia, generar lazos de amistad mediante el compañerismo reflejado en la forma como se trataban y se ayudaban en las


actividades, apropiación de nuevos conocimientos relacionados con la bicicleta y normas de tránsito y ser incluidas lo que les permitió ganar confianza para proponer recorridos y considerar que las actividades eran propicias para la participación de sus hijos y personas cercanas. Lo anterior evidencia una modificación positiva de la calidad de vida.

## **9.2 Implementación del biciturismo**


La articulación práctica de los conceptos de biciturismo y deporte social comunitario, se realizó mediante las planeaciones que se hicieron para cada actividad, estas se diseñaron teniendo en cuenta los siguientes aspectos:


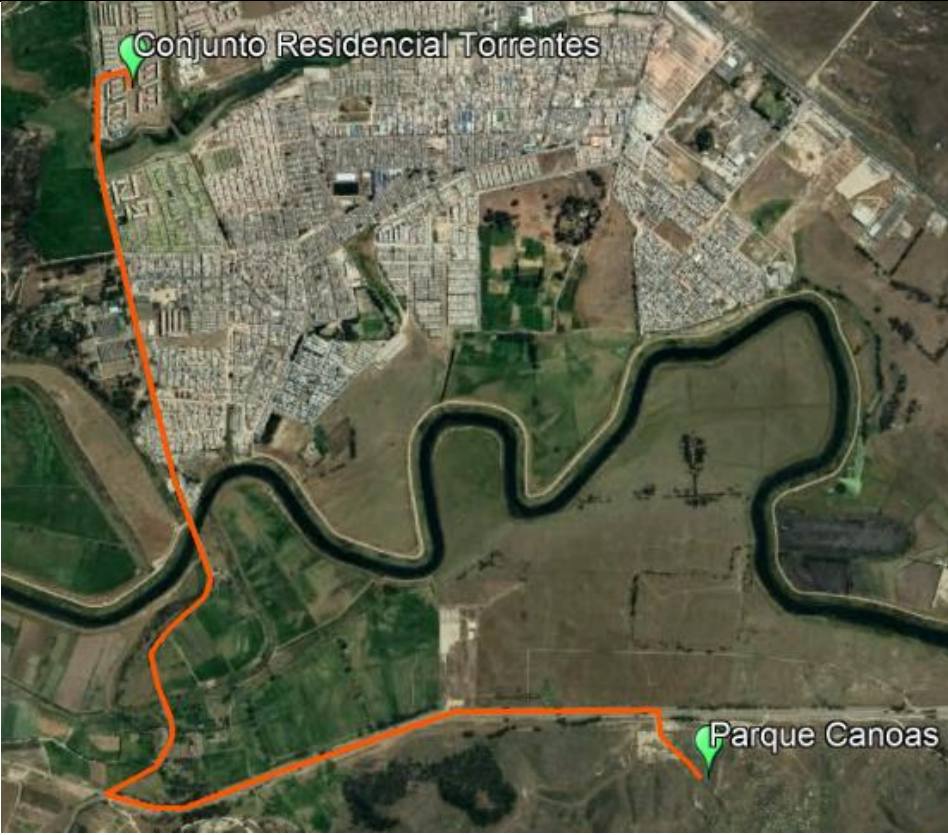
- **Objetivos específicos:** se establecieron como acciones concretas, siempre bajo la guía del objetivo general.
- **Tipo de actividad:** cada sesión estará compuesta de una bienvenida, luego el desarrollo de las actividades y por último un espacio de retroalimentación.
- **Descripción de la actividad:** se detalla de forma puntual cada acción que se va a realizar en cada sesión.
- **Duración:** tiempos aproximados para cada actividad.
- **Mapas del recorrido:** ilustraciones tomadas de Google Earth, donde se observa el recorrido realizado desde el barrio Torrentes hasta el punto final. Se indica la distancia recorrida en los dos tramos (ida y vuelta) en kilómetros.

|  |  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Clase de Zumba</b>  |   |
|---|--|---|---|
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón     |  |   |   |
| <b>Fecha:</b> 1/08/2021   | <b>Lugar:</b> Barrio<br>Torrentes Municipio<br>de Soacha   | <b>Duración:</b> 9:00 a.m<br>10:40 a. m   | <b>Recursos:</b> Sonido y<br>formato de datos<br>básico |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.   |   |   |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lograr un primer contacto con las posibles participantes del proyecto mediante una actividad de integración.</li> <li>• Conocer su condición física y restricciones de salud, para planear las siguientes actividades.</li> </ul> |   |   |
| <b>Fase</b>   | <b>Actividad</b>   | <b>Descripción</b>  | <b>Duración</b>   |
| Inicial   | Bienvenida   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentar a los integrantes del grupo, a la institución y facultad que representamos.</li> <li>• Exponer en qué consiste el proyecto, qué beneficios les traerá, que deben hacer y con que deberán contar para poder hacer parte del mismo.</li> </ul> | 10 minutos  |
|   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Diligenciar formato de datos básicos de las participantes.</li> </ul>  | 10 minutos  |
|   | Juego de presentación  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Juego de “tingo tingo tango” para mejorar los canales de comunicación, la confianza y saber un poco más acerca de la población.</li> </ul>   | 10 minutos  |
| Central<br>y<br>Cierre  | Calentamiento  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Movilidad articular y entrada en calor haciendo uso de música y ejercicios o movimientos de baja intensidad.</li> </ul>  | 15 minutos  |
|   | Zumba  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Actividad física musicalizada.</li> </ul>  | 35 minutos  |
|   | Resolución de dudas  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Espacio para escuchar a las asistentes y resolver dudas</li> </ul>   | 10 minutos  |
|   | Cierre del taller  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitación a la próxima sesión, conclusiones del encuentro y despedida.</li> </ul>   | 10 minutos  |


|  |  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Técnicas básicas de bicicleta</b>   |  |
|---|--|---|--|
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón     |  |   |  |
| <b>Fecha:</b> 8/08/2021   | <b>Lugar:</b> Barrio<br>Torrentes Municipio<br>de Soacha   | <b>Duración:</b> 10:00 a.m<br>12:15 m   | <b>Recursos:</b> Conos,<br>platillos y bicicletas. |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.       |   |  |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar la forma como las participantes utilizan la bicicleta.</li> <li>• Enseñar la forma adecuada del uso del elemento.</li> <li>• Dar a conocer el concepto de biciturismo.</li> </ul> |   |  |
| <b>Fase</b>   | <b>Actividad</b>   | <b>Descripción</b>  | <b>Duración</b>                                    |
| Inicial   | Bienvenida   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementación de las normas de bioseguridad (uso del tapabocas, distancia reglamentaria, aplicación de gel y verificación de síntomas)</li> <li>• Presentación del grupo de trabajo y del taller</li> </ul>                                 | 15 minutos   |
|   |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Presentación de las participantes de forma dinámica.(Juego del yo)</li> </ul>  | 10 minutos   |
| Central<br>y<br>Cierre  | Calentamiento  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Activación corporal (musicalizada aeróbicos).</li> </ul>   | 10 minutos   |
|   | Familiarización con el elemento  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar si las participantes saben utilizar la bicicleta. Fases de control, equilibrio y manejo adecuado de los mandos.</li> <li>• Indicar la forma adecuada de uso de la bicicleta en relación con sus diferentes componentes.</li> </ul> | 80 minutos   |
|   | Biciturimo   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Concepto de biciturismo y su importancia en el desarrollo del proyecto.</li> </ul>   | 20 minutos   |
|   | Recomendaciones  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rutina de ejercicios para hacer de forma diaria.</li> </ul>  | 10 minutos   |
|   | Cierre del taller  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conclusiones, feedback y fecha del próximo del taller.</li> </ul>  | 10 minutos   |

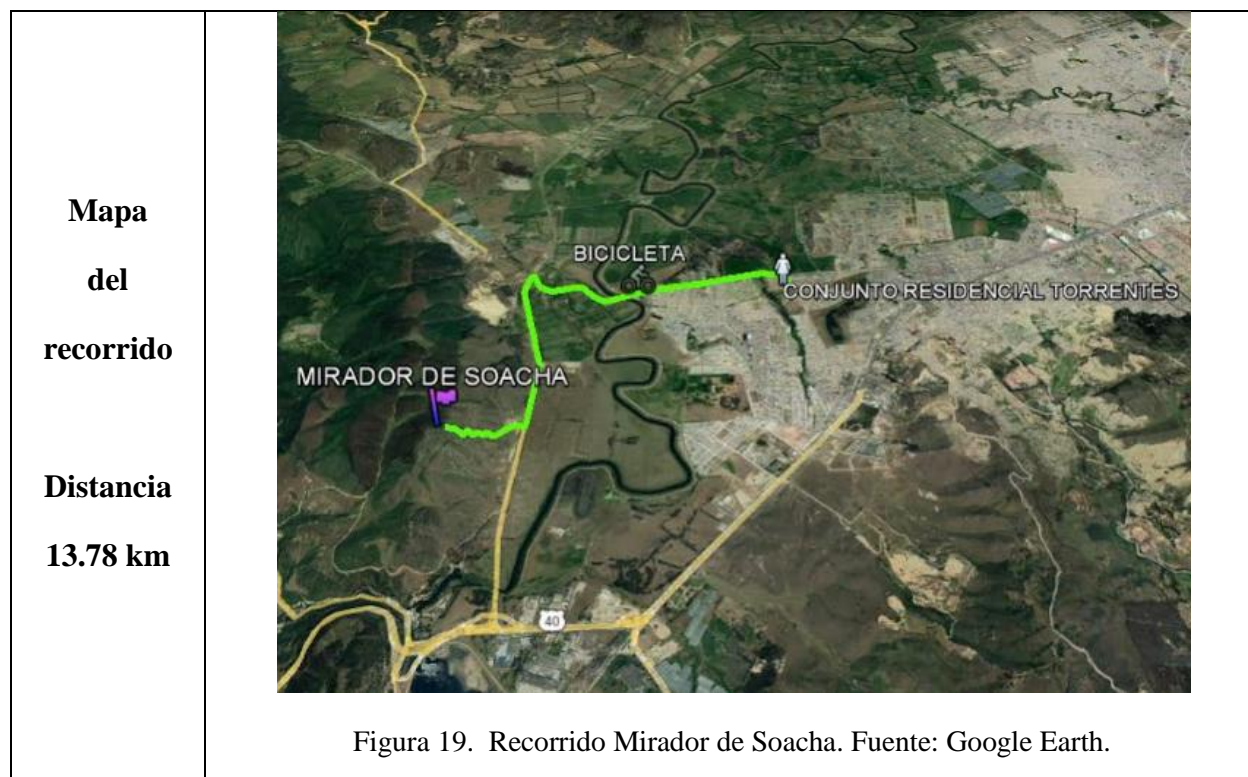


|  |   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Uso de la bicicleta y normas de tránsito</b>  |   |
|---|---|---|---|
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón     |   |   |   |
| <b>Fecha:</b> 22/08/2021  | <b>Lugar:</b> Barrio<br>Torrentes Municipio<br>de Soacha  | <b>Duración:</b> 10:15 a.m<br>12:20 m   | <b>Recursos:</b> Conos,<br>platillos, bicicletas,<br>cartones con señales<br>de tránsito. |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca                     |   |   |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Fomentar la comprensión de la bicicleta como elemento de movilidad y su relación con el código Nacional de Tránsito y Transporte.</li> <li>Reconocer las partes y sus funciones en una bicicleta.</li> </ul> |   |   |
| Fase  | Actividad   | Descripción   | Duración  |
| Inicial   | Bienvenida  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Implementación de las normas de bioseguridad (uso del tapabocas, distancia reglamentaria, aplicación de gel y verificación de síntomas)</li> <li>Presentación del grupo de trabajo y del taller</li> </ul> | 5 minutos   |
|   |   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Presentación de las participantes de forma dinámica “La lleva”.</li> </ul>   | 10 minutos  |
| Central<br>y<br>Final   | Calentamiento   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Activación corporal. (Baile de bachata)</li> </ul>   | 5 minutos   |
|   | Familiarización con el elemento   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Verificar si las participantes nuevas saben utilizar la bicicleta. Fases de control, equilibrio y manejo adecuado de los mandos.</li> </ul>  | 15 minutos  |
|   | Conoce tu bici y las normas   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Se explicará las partes que componen la bicicleta, los diferentes tipos de bicicleta que hay y normas de tránsito.</li> </ul>  | 60 minutos  |
|   | Cierre  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Conclusiones, feedback y fecha del próximo del taller</li> </ul>   | 10 minutos  |



|  |   |                                       |   |
|--|---|---------------------------------------|---|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Libertadora de la Pedagogía</p> | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Parque Canoas</b>   |                                       |   |
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón  |   |                                       |   |
| <b>Fecha:</b><br>29/08/2021  | <b>Lugar:</b> Parque Canoas   | <b>Duración:</b> 10:00 a.m<br>12:30 m | <b>Recursos:</b> Material de bioseguridad, Bicicletas, indumentaria ciclista, bloqueador e hidratación. |
| <b>Objetivo general</b>  | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca   |                                       |   |
| <b>Objetivos específicos</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vivenciar procesos socio-deportivos con las mujeres participantes para que interioricen el uso de la bicicleta como elemento de cohesión y buen vivir.</li> <li>• Reconocer el territorio aledaño a los sitios de residencia.</li> <li>• Fomentar el disfrute de la naturaleza por medio de la bicicleta.</li> </ul> |                                       |   |
| <b>Mapa del recorrido</b><br><br><b>Distancia 12.48 km</b>   |  <p style="text-align: center;">Figura 18. Recorrido Parque Canoas. Fuente: Google Earth.</p>  |                                       |   |

| Fase    | Actividad                             | Descripción   | Duración   |
|---------|---------------------------------------|---|------------|
| Inicial | Bienvenida                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar uso de elementos de bioseguridad (alcohol y tapabocas).</li> <li>• Verificación de aforo.</li> </ul>                             | 10 minutos |
|         |                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificación y ajuste de bicicletas.</li> </ul>  | 10 minutos |
|         | Recorrido                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicio de recorrido al Parque Canoas.</li> </ul>   | 60 minutos |
| Central | Reconocimiento y disfrute del espacio | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llegada al sitio.</li> <li>• Toma de Refrigerio.</li> <li>• Intercambio de experiencias.</li> <li>• Retorno al punto de inicio.</li> </ul> | 60 minutos |
| Final   | Cierre del taller                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitación a la próxima sesión, conclusiones del encuentro y despedida.</li> </ul>   | 10 minutos |


|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|  |   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Parque Canoas</b> |   |
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón       |   |   |   |
| <b>Fecha:</b> 5/09/2021   | <b>Lugar:</b> Parque Canoas   | <b>Duración:</b> 8:30 a.m<br>11:00 a.m  | <b>Recursos:</b> Material de bioseguridad, Bicicletas, indumentaria ciclista, bloqueador e hidratación. |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca |   |   |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer el valor paisajístico del Parque Canoas.</li> <li>• Afianzar lazos de amistad mediante el trabajo en equipo.</li> </ul>  |   |   |



| Fase    | Actividad                             | Descripción   | Duración   |
|---------|---------------------------------------|---|------------|
| Inicial | Bienvenida                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar uso de elementos de bioseguridad (alcohol y tapabocas).</li> <li>• Verificación de aforo.</li> </ul>   | 10 minutos |
|         | Recorrido                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificación y ajuste de bicicletas.</li> <li>• Inicio de recorrido al Parque Canoas.</li> </ul>   | 10 minutos |
| Central | Reconocimiento y disfrute del espacio | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Llegada al sitio.</li> <li>• Caminata por el Cerro del Parque Canoas</li> <li>• Compartir (refrigerio)</li> <li>• Toma de fotos.</li> <li>• Retorno al punto de inicio.</li> </ul> | 50 minutos |
| Final   | Cierre del taller                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitación a la próxima sesión, conclusiones del encuentro y despedida.</li> </ul>   | 80 minutos |

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL<br/>Educadora de educadores</p> | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Municipio de Sibaté</b>  |  |  |
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón  |  |  |  |
| <b>Fecha:</b> 12/09/2021   | <b>Lugar:</b> Municipio de Sibaté  | <b>Duración:</b> 8:00 a.m<br>11:30 a.m | <b>Recursos:</b> Bicicletas, kit de despinche, hidratación y bloqueador solar. |
| <b>Objetivo general</b>  | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.                         |  |  |
| <b>Objetivos específicos</b>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Propiciar espacios de adecuados para conocer aspectos personales de las participantes del proyecto.</li> <li>• Reconocer dinámicas sociales entorno a la gastronomía, el ocio y la actividad física.</li> </ul> |  |  |
| <b>Mapa del recorrido</b><br><br><b>Distancia</b><br><b>32.2 km</b>  |   |  |  |
| Figura 20. Recorrido Sibaté. Fuente: Google Earth.   |  |  |  |

| Fase    | Actividad  | Descripción  | Duración    |
|---------|--|--|-------------|
| Inicial | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Protocolo de bioseguridad</li> <li>• Calentamiento</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementación de las normas de bioseguridad (uso del tapabocas, distancia reglamentaria, aplicación de gel y verificación de síntomas)</li> <li>• Movilidad articular y explicación de la ruta</li> </ul>  | 30 minutos  |
| Central | Recorrido  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar las diversas señales de tránsito a lo largo del recorrido.</li> <li>• Valorar la condición física de cada una de las participantes y su desempeño en vías nacionales.</li> <li>• Aplicar la entrevista semiestructurada y compartir experiencias de los participantes.</li> </ul> | 100 minutos |
| Final   | Vuelta a punto de inicio   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Retorno de forma grupal al punto de inicio.</li> <li>• Invitación próxima sesión y feedback.</li> </ul>   | 80 minutos  |

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|  |   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Montañas de Ciudad Verde</b> |  |
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón       |   |  |  |
| <b>Fecha:</b> 26/09/2021  | <b>Lugar:</b> Montañas de Ciudad Verde  | <b>Duración:</b> 8:10 a.m<br>1:00 p.m  | <b>Recursos:</b> Bicicletas, kit de despinche, hidratación y bloqueador solar. |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.                                  |  |  |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Favorecer la autonomía de las mujeres participantes mediante la realización de recorridos propuestos por ellas.</li> <li>• Apreciar los caminos veredales y las diversas construcciones que se han realizado.</li> </ul> |  |  |



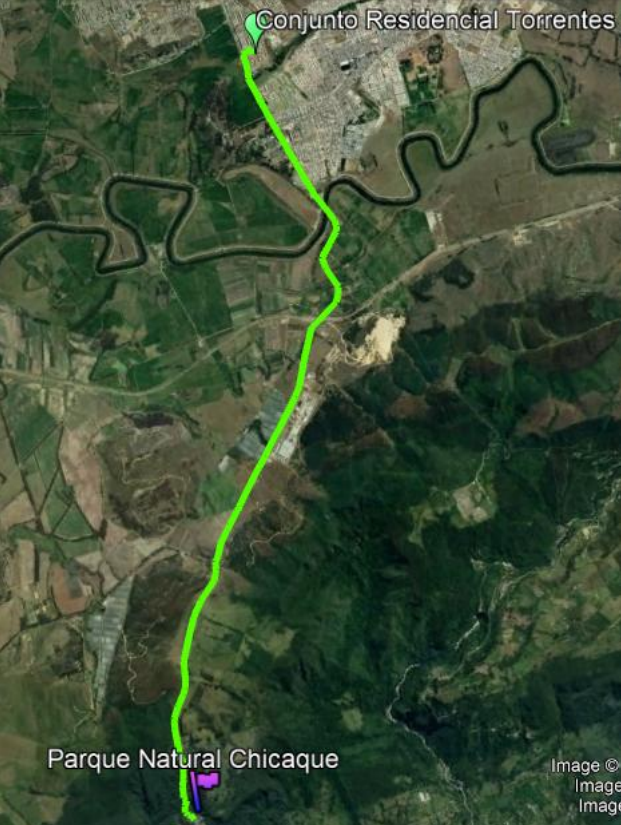
|  |   |
|--|---|
| <p><b>Mapa del recorrido</b></p> <p><b>Distancia 5.84 km</b></p> |  |
|--|---|


Figura 21. Recorrido Montañas de Ciudad Verde. Fuente: Google Earth.

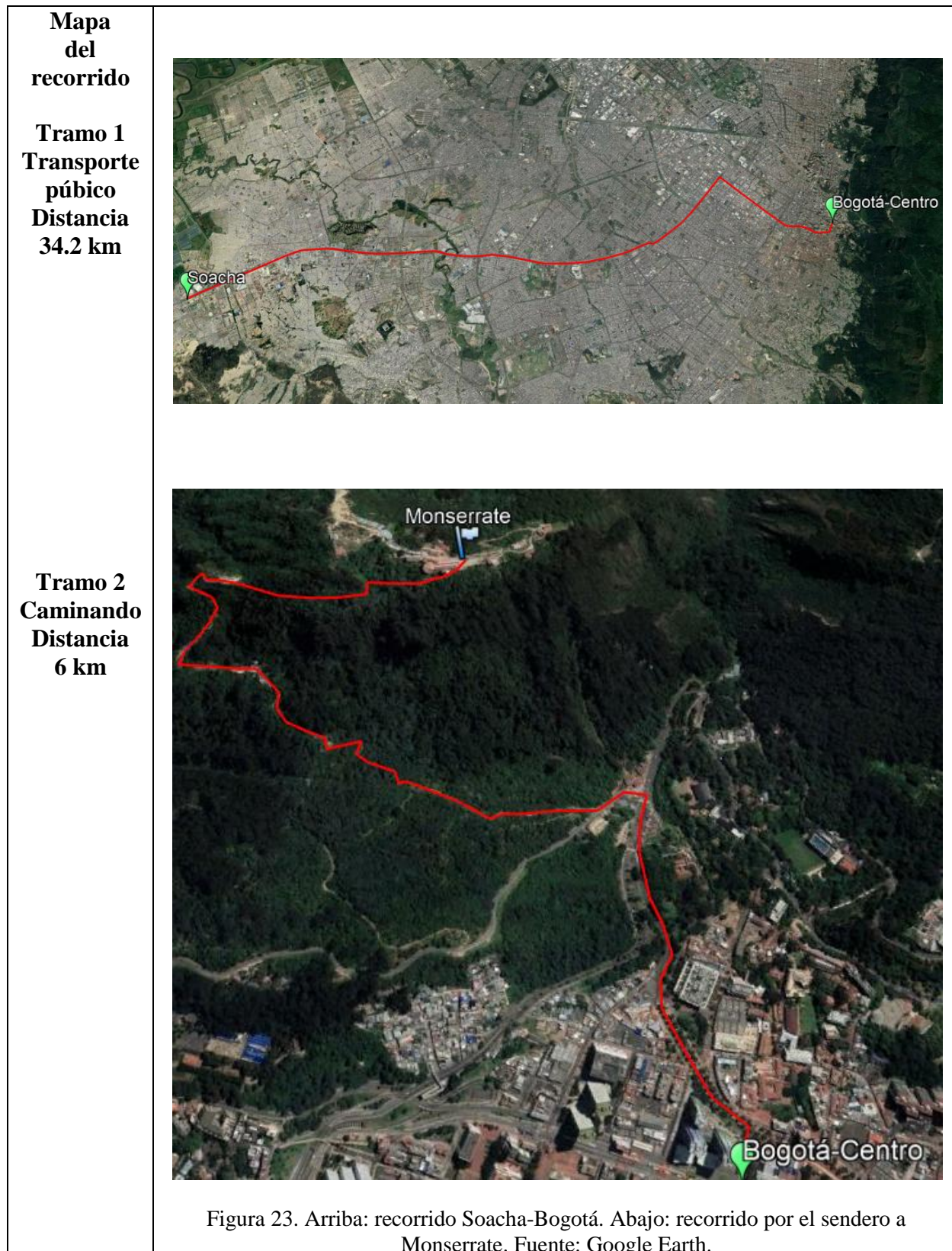
| Fase    | Actividad  | Descripción   | Duración   |
|---------|--|---|------------|
| Inicial | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Protocolo de bioseguridad</li> <li>• Calentamiento</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementación de las normas de bioseguridad (uso del tapabocas, distancia reglamentaria, aplicación de gel y verificación de síntomas)</li> <li>• Movilidad articular y explicación de la ruta</li> </ul> | 30 minutos |
| Central | Recorrido  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer haciendas ubicadas por el camino las cuales tienen gran valor histórico.</li> <li>• Fomentar espacios de convivencia en comunidad.</li> </ul>  | 80 minutos |
| Final   | Vuelta a punto de inicio   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• En manera grupal se realiza el retorno</li> <li>• Invitación próxima sesión y feedback.</li> </ul>   | 70 minutos |

|   |  |                                      |   |
|---|--|--------------------------------------|---|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educación para la vida</p> | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación - Parque Chicaque</b>  |                                      |   |
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |  |                                      |   |
| <b>Fecha:</b> 3/10/2021   | <b>Lugar:</b> Parque Chicaque  | <b>Duración:</b> 9:00 a.m<br>11:30 m | <b>Recursos:</b> Material de bioseguridad, Bicicletas, indumentaria ciclista, bloqueador e hidratación. |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.         |                                      |   |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Valorar la importancia de los diferentes espacios naturales que posee el país.</li> <li>• Fomentar la práctica del biciturismo como elemento generador de empoderamiento y libertad.</li> </ul> |                                      |   |
| <b>Mapa del recorrido</b><br><br><b>Distancia 18.4 km</b>   |  <p>Conjunto Residencial Torrentes</p> <p>Parque Natural Chicaque</p> <p>Image ©<br/>Image<br/>Image</p>  |                                      |   |
| Figura 22. Recorrido Parque Chicaque. Fuente: Google Earth.   |  |                                      |   |



| Fase    | Actividad                             | Descripción  | Duración   |
|---------|---------------------------------------|--|------------|
| Inicial | Bienvenida                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificar uso de elementos de bioseguridad (alcohol y tapabocas).</li> <li>• Verificación de aforo.</li> </ul>  | 10 minutos |
|         |                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verificación y ajuste de bicicletas.</li> </ul>   | 10 minutos |
|         | Recorrido                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inicio de recorrido al Parque Chicaque, vía Indumil.</li> </ul>   | 50 minutos |
| Central | Reconocimiento y disfrute del espacio | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Estar en contacto con la naturaleza y sentir diversos tipos de clima.</li> <li>• Contextualización de la historia del lugar.</li> <li>• Ejercicios de relajación muscular.</li> <li>• Compartir.</li> <li>• Retorno al punto de encuentro.</li> </ul> | 70 minutos |
| Final   | Cierre del taller                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Invitación a la próxima sesión, conclusiones del encuentro y despedida.</li> </ul>  | 10 minutos |

|   |   |  |  |
|---|---|--|--|
|  |   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><b>Planeación – Monserrate, Bogotá</b> |  |
| Realizado por: Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón       |   |  |  |
| <b>Fecha:</b> 17/10/2021  | <b>Lugar:</b> Monserrate - Bogotá   | <b>Duración:</b> 8:00 a.m<br>1:00 p.m  | <b>Recursos:</b> Bicicletas, kit de despinche, hidratación y bloqueador solar. |
| <b>Objetivo general</b>   | Analizar la incidencia del biciturismo como deporte social en la resignificación de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca.      |  |  |
| <b>Objetivos específicos</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconocer sitios de interés cultural y turístico de la capital.</li> <li>• Mitigar la segregación espacial.</li> <li>• Afianzar lazos de amistad por medio del trabajo en equipo.</li> </ul> |  |  |








| Fase    | Actividad  | Descripción  | Duración    |
|---------|--|--|-------------|
| Inicial | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Protocolo de bioseguridad</li> <li>• Calentamiento</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normas de bioseguridad (uso del tapabocas, distancia reglamentaria, aplicación de gel y verificación de síntomas).</li> <li>• Toma de transporte público.</li> </ul>  | 70 min      |
| Central | Recorrido  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evidenciar dinámicas en movilidad que favorecen a las personas activas.</li> <li>• Reconocimiento de zona oriental de la ciudad de Bogotá.</li> <li>• Reconocimiento histórico del lugar</li> <li>• Compartir experiencias de los participantes.</li> </ul> | 120 minutos |
| Final   | Vuelta a punto de inicio   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Despedida y agradecimiento.</li> <li>• Toma de transporte público.</li> </ul>   | 70 minutos  |

### 9.3 Incidencia del biciturismo

El análisis de las entrevistas estructurada, semiestructurada y de los diarios de campo; generó las siguientes categorías: naturaleza, tensiones entre las dinámicas de exclusión - inclusión, libertad, trabajo en equipo e identidad. En la Tabla 3 se observa la asignación de colores de cada una y en las siguientes secciones Anexo B: diarios de campo, Anexo C: entrevistas semiestructuradas, Anexo D: entrevistas estructuradas y Anexo E: diarios reflexivos; se puede verificar los fragmentos de texto resaltados con su color correspondiente que hacen referencia a los conceptos encontrados como categorías.

Tabla 3. Categorías de análisis. Elaboración propia

| Categoría  | Color de identificación  |
|--|--|
| Naturaleza   |   |
| Tensiones entre las dinámicas de Exclusión - Inclusión |  |
| Libertad   |  |
| Trabajo en equipo                                      |  |
| Identidad  |  |

#### 9.3.1 Naturaleza

La categoría naturaleza, dentro de la información recopilada está asociada con los siguientes aspectos: 1) a las señoras Blanca y Milena les permitió identificarse con el entorno que tenían en sus lugares de origen, lo cual genera un sentimiento de pertenencia con los sitios que se recorrieron, ya que se evidenció tranquilidad, paz y cada vez que se llegaba al punto que se tenía como objetivo, se sentían en un ambiente de confianza que les permitía contar hechos destacados sus vidas. Adicionalmente, las fotografías que ellas tomaban; son una forma de guardar recuerdos significativos asociados con situaciones que les generaron cambios positivos. 2)

naturaleza asociado con la vegetación, animales y arquitectura de algunas haciendas antiguas; lo que está relacionado con la importancia de la conservación del ambiente natural en su conjunto y además del reconocimiento de lugares con un importante valor arquitectónico. 3) el municipio de Soacha, es un lugar que vale la pena conocerlo, la posibilidad de realizar recorridos que permiten tener contacto con la naturaleza y además conocer la historia de estos lugares, hace que el concepto de deporte social comunitario se pueda aplicar en estos entornos, porque no se precisa de unas instalaciones específicas; lo que permite además de desarrollar práctica deportiva reconocer lugares y mitigar las segregación espacial tanto de las personas que viven en Soacha, como las que habitan en Bogotá.

### **9.3.2 Tensiones entre las dinámicas de Exclusión - Inclusión**

La exclusión social está relacionada con situaciones de marginación, segregación o discriminación de un grupo poblacional. Al contrario, la inclusión social consiste en diseñar acciones que permitan dar solución a estos problemas y mejorar la calidad de vida de estos grupos poblacionales. Dado que los conceptos anteriores son opuestos, se decide agrupar estos dos términos en una sola categoría a fin de determinar las causas más relevantes que generan la exclusión y luego identificar los aportes tanto de las medidas gubernamentales, como del proyecto en aspectos inclusivos que mejoren la calidad de vida de las participantes del proyecto.

Con relación a los procesos de exclusión social dentro de la población que participó en el proyecto, se encontró que son varias las causas por la cuales surge este hecho y están referidas a los siguientes aspectos:

- i. Los talleres que realizan las entidades gubernamentales para dar capacitación en diferentes oficios, no los pueden aplicar de forma práctica en un trabajo porque no los aceptan o en caso contrario, no tienen recursos para iniciar un negocio propio.
- ii. El conflicto armado deja secuelas psicológicas que generan problemas de salud ocasionando en algunas personas situaciones de encierro en sus hogares, por temor a revivir situaciones del pasado.
- iii. Los procesos de reubicación de esta población en el barrio Torrentes, no fueron realizados mediante procesos de integración con los demás habitantes del sector, lo que genera estigmatización, problemas de convivencia y rechazo.
- iv. No hay oportunidades de acceso a la educación superior para los jóvenes.
- v. La mayoría de las oportunidades laborales a las que acceden les imposibilitan seguir con sus estudios y además los pagos son por horas sin acceso a las prestaciones sociales.
- vi. Hay diversas situaciones personales que generaron exclusión, entre ellas; machismo problemas con la pareja y problemas con la familia.

Para el caso de la inclusión social, se encontraron dos tipos de medidas importantes, las asociadas a acciones gubernamentales o externas y las generadas por la implementación del proyecto.

#### Acciones realizadas del gobierno o externas

- i. Procesos educativos que han realizado personas particulares con jóvenes del barrio Torrentes, han ayudado a que ellos desarrollen conocimientos para luego poder ayudar a los demás.

- ii. Algunos talleres que aplicaron entidades del estado ayudaron a las personas con traumas personales ocasionados por el conflicto.

#### Acciones realizadas en el proyecto

- i. La música que se utilizó en varias sesiones sirvió como elemento motivador, porque permitió la integración del grupo.
- ii. Las señoras que participaron del proyecto, lo visualizaron como un espacio para compartir con los investigadores, familiares y amigos, porque las actividades realizadas permitían la participación de todos.
- iii. A medida que se fue desarrollando el proyecto las señoras sintieron con confianza y propusieron nuevas salidas y recorridos diferentes a los planeados.
- iv. Los lugares recorridos en Soacha y sus alrededores, son evidencia de que este municipio tiene sitios importantes que mostrar, lo que contribuye a mitigar la discriminación que existe sobre sus habitantes.
- v. La disposición y actitud de las personas juega un papel importante para ser incluido y esto se relaciona con la capacidad de ser persistente y no darse por vencido al realizar ciertas actividades, en particular las asociadas con el estado físico.
- vi. La academia, en particular las universidades juegan un rol importante a la hora de desarrollar proyectos con comunidades de este tipo, ya que sus actuaciones pueden ejercer cambios significativos en personas que en particular han sido víctimas del conflicto armado.

Las acciones realizadas por el proyecto dentro de la categoría inclusión, son consecuentes con los preceptos básicos del deporte social comunitario y en particular con un aspecto fundamental, si bien el trabajo de grado se pensó de forma inicial sólo con mujeres, en la medida en que se iban realizando las sesiones, ellas decidieron hacer partícipes a sus hijos y allegados (hombres y mujeres), lo que es una característica del deporte social comunitario al promover la participación de diversas personas sin limitaciones de edad, sexo, condición física, social, cultural o étnica, lo que repercute de forma directa en la mejora de la calidad de vida.

### **9.3.3 Libertad**

Esta categoría ha surgido de forma relevante dentro de la experiencia que ha tenido la población, lo que conlleva a destacar 4 aspectos que sobresalientes.

- i. Tiempo para ellos mismos: En este proyecto se evidencian actitudes en las cuales la misma población logra por medio de las actividades, encontrar momentos de esparcimiento donde no solo se realizan acciones de entretenimiento y diversión, sino también momentos en los cuales se genera un crecimiento propio en muchos aspectos, como lo son: físicos, psicológicos, emocionales y sociales, que permiten una mejora como persona, entendiendo que es un ser integral el cual está transformando y mejorando su vida después de un momento de difícil superación.
- ii. Bicicleta como objeto mediador de la libertad: se ha visto que la bicicleta es un elemento que ayuda a la sociedad en diferentes aspectos de la vida, ya que puede ser un elemento de transporte, de competencia, de trabajo o de actividad física, sin embargo; dentro de este proyecto se pudo conocer otra faceta de este elemento, que le permite a las personas tener la



oportunidad de llegar a otros lugares, espacios y momentos que quizá no pudiesen alcanzar de otra manera.

- iii. Oportunidad de realizar cosas nuevas: las mujeres que participaron de las actividades están muy arraigadas día a día a buscar cómo mantenerse, sacar sus hijos adelante, su hogar y poder prosperar en un territorio al cual siguen adaptándose, a pesar de que llevan varios años establecidas allí. El liberarlas de ese ambiente hostil y acercarlas a un espacio amigable y enriquecedor, permite expandir sus fronteras para incentivarlas a hacer otras cosas; lo que se configura en un aspecto beneficioso del proyecto, porque de forma autónoma quieren continuar con estas actividades que las han ayudado a salir de esa monotonía a la cual están acostumbradas.
- iv. Remembranza a su libertad en sus lugares de origen: A pesar de que su pasado tuvo tantos conflictos y momentos difíciles, es claro para ellas que al comparar la situación anterior con su vida actual, la primera era mucho más liberadora porque consideran importante el ambiente rural, sin limitaciones y reglas que impedían su desarrollo como persona. El hacer parte del proyecto les permitió acceder a nuevas experiencias, recordando su pasado, lo cual las motiva a volver a ser ellas mismas, pese a los diversos cambios que han tenido a causa de sus situaciones de vida.

### **9.3.4 Trabajo en equipo**

El término de trabajo en equipo de acuerdo con la información analizada, está asociado a los sentimientos de solidaridad, unión, felicidad y gratitud; ya que mediante este concepto se motiva el compañerismo, se fortalece la capacidad para resolver conflictos, se vela por el bienestar de todos los integrantes del equipo, se accede a resultados positivos para todos lo que lleva al

cumplimiento de metas y se generan lazos de amistad que son reforzados en la medida en que se comparten los mismos gustos, los aspectos anteriores son características destacadas del deporte social comunitario que se evidencian en esta categoría.

De modo particular en el proyecto se observó que el trabajo en equipo se vio reflejado en las fotografías que fueron tomadas en las salidas y asimismo en las siguientes frases: “caminé lento pero lo logré con el apoyo de los profesores y de mis compañeros”, “compartir onces, las risas las charlas etc. Te hace sentir joven, libre del trabajo y el estrés”, “los profes excelentes compañeros, atentos a cualquier novedad que suceda a algunos de nosotros”, “Me siento feliz cada salida con el grupo charlamos, reímos, compartimos onces”, “sobre todo los profes siempre están atentos a cualquier suceso, son muy buenos compañeros de ruta y lo mejor las fotos para recordar” (tomado de Anexo E: diarios reflexivos).

### **9.3.5 Identidad**

Como el objetivo de cada sesión estaba guiado a vigorizar aspectos identitarios que se encontraban disipados por diversos actos violentos ocasionados por el conflicto armado colombiano, asimismo charlas, clases de rumba, sesiones dentro y fuera de la ciudad de Bogotá, reuniones para conversar, todas con el objetivo de que ellas no solo tomen con más naturalidad y seguridad actos tan revitalizantes como montar bicicleta, para que más adelante no solo la vean como un objeto importante dentro de su estilo de vida sino que además promuevan su uso por los beneficios que trae, las señoras que participaron del proyecto expresaron de forma espontánea diversos aspectos positivos que habían logrado resaltar de cada encuentro, comentarios como “me siento más fuerte”, “he congeniado muy bien con mis compañeras”, “he conocido lugares muy bonitos” “ahora me siento más segura en mi bicicleta”; esto además de motivar a sus demás

---

compañeras, motivarse ellas mismas, nos llenaba de ganas de continuar, haciendo que las dudas que hubo en algún momento sobre si estaría bien emplear el biciturismo entendido como deporte social para todos, sin importar sus singularidades, para darles diversos medios para entre todos resignificar la identidad que la violencia les perturbó, hacer que ellas aprobaran esta práctica como deporte luego de explicarles las diferentes características y beneficios no fue complejo, a fin de cuentas ellas siempre fueron bastante receptivas y entregadas al proyecto, cosa que agradecemos, porque los buenos resultados expuestos en cada reunión fueron fruto de esa dedicación de parte de todos, ahora bien, lograr que algunos versados del tema, le den la aceptación al biciturismo como deporte no ha sido nada fácil, puesto que entienden que para darle este término esté debe ser reglado, competitivo y juzgado, no obstante, nosotros socializamos en nuestro proyecto el biciturismo como deporte social comunitario reafirmando el derecho que tienen todos según la legislación a hacer y disfrutar del deporte, y es que ¿por qué no?, si el deporte según Noguera (1995) “es más que una práctica física, o una forma de canalizar el tiempo libre y los momentos de ocio, es un elemento educativo que constituye un importante fenómeno social”; presentar lo anterior es de suma importancia para entender el porqué el uso de este deporte como medio para abordar una reconstrucción identitaria en mujeres víctimas de los diferentes hechos violentos durante el conflicto armado en Colombia, emprender este camino a una resignificación integral del ser para que la persona se sienta como tal y logre ser un ente partícipe de su territorio con el biciturismo fue un acierto, ya que les dimos un implemento para que se reconozcan como mujeres fuertes, empoderadas y autónomas, capaces de lograr todos los objetivos que se tracen y convertirse en ejemplo para otras féminas o colectivo que tengan condiciones similares a las de ellas, puesto que entre más interacción tuvieron ellas con su entorno más cercano, es decir el municipio de Soacha y la ciudad de

Bogotá, más sólida se iba convirtiendo la conexión que queríamos lograr con su nueva realidad, dado que para conquistar una solidificación de la identidad personal de nuestras mujeres, debíamos conseguir que conocieran y se apropiaran de su contexto social; lo que se logró a nivel emocional y psicológico (recogido en encuestas, entrevistas y testimonios de viva voz) fueron resultados bastante positivos, lo que nos lleva a presentar esta primer meta del proyecto al público en general, con el fin de que este proyecto sea implementado en otros territorios o sirva de insumo a trabajos de investigación en un futuro.

## 10 Capítulo X: Conclusiones

Durante la ejecución del trabajo de grado, se presentaron varios acontecimientos que hicieron que el desarrollo del mismo fuera más productivo y retador, las vicisitudes registradas día a día, siendo la más destacada la asociada con la pandemia ocasionada por el coronavirus (SARS-CoV-2) declarada oficialmente el 11 de marzo del 2020, la cual se constituyó en un suceso inesperado que logró repercutir en los planes de todas las personas, motivando una nueva realidad de vida dentro de lo virtual y por tanto; la interacción social pasó a un segundo plano, razón por la cual fue complejo encontrar una población que participara en el proyecto, por miedo al contagio y por las diferentes restricciones que impusieron las autoridades dificultando hacer salidas a Bogotá a los museos y otros sitios de interés. Pese a que lo anterior, impactó de forma directa el desarrollo del proyecto, esto no logró que el grupo de trabajo dejara de lado el deseo de contribuir, para que las señoras que participaron lograran mejorar algunos aspectos de su calidad de vida.

De modo similar a las implicaciones que se mencionaron anteriormente, el desarrollo de proyectos como este implica contemplar varios aspectos, porque al iniciar solo se cuenta con una idea básica, que hay que desarrollarla para luego buscar la población y gestionar los espacios adecuados que permitan aplicarla. Esto es un proceso complejo, porque pese a que en el país hay millones de víctimas de conflicto armado, acceder a esta población no es fácil; hay que emplear tiempo en hacer contactos, gestiones y tocar varias puertas para hacer los primeros acercamientos que permitan ganar confianza con la población y luego iniciar las fases de ejecución. Una vez se accede a la población, esto no garantiza la consecución exitosa, porque como se relata en los

diarios de campo y entrevistas; las personas de este sector de Soacha tienen una cantidad de necesidades insatisfechas, lo que hace que en algunos casos; haya cierta tendencia a pensar que al participar de un proyecto van a recibir cosas materiales y luego al darse cuenta de la dinámica deciden retirarse porque consideran que es insuficiente, adicionalmente algunas familias en situación de extrema pobreza no tienen como alimentarse y por ende lo único en lo que piensan a diario es como tratar de subsistir y no en la participación en un proyecto. Otro aspecto destacable, es la persistencia de una cultura machista que impide que ciertas mujeres participen de las actividades, ya que consideran que estos espacios no son apropiados y sumado a lo anterior; la difícil convivencia entre personas del sector de Torrentes que influye en que algunas mujeres al ver que otras participan de las actividades decidan marginarse, antes que compartir un mismo espacio.

Respecto a los aportes del proyecto, se destacan cuatro aspectos: 1) aportes al campo de estudio: la implementación del biciturismo para la resignificación de la identidad en mujeres que fueron víctimas del conflicto armado, muestra que es posible hacer una cohesión entre una práctica deportiva y el concepto de deporte social comunitario para mitigar problemas sociales que repercuten en la calidad de vida de una población para beneficiar la construcción de paz. 2) aportes a los futuros licenciados: por medio de este tipo de trabajos el futuro licenciado puede evidenciar la realidad en las distintas dinámicas de las poblaciones que habitan un territorio donde convergen diferentes problemas sociales, de igual forma, esta iniciativa queda abierta para que futuros estudiantes puedan abordar esta temática y seguir desarrollando proyectos con nuevas estrategias que a través del concepto de deporte social comunitario, integren a diferentes

comunidades y con ello propicien cambios significativos en su calidad vida. 3) utilizar la bicicleta como medio de transporte de forma frecuente, es una de las principales herramientas para mitigar los efectos del cambio climático, en ese sentido la posibilidad de compartir el desarrollo de este proyecto en el Foro Nacional de la Bicicleta Bello 2021, permitió establecer que la idea planteada no es ajena a las tendencias de movilidad que el estado colombiano debe motivar en sus habitantes y 4) de modo particular la información recopilada en las entrevistas y diarios de campo permite indicar que las señoras Blanca Nubia Piamba y Milena Cárdenas, lograron resignificar su identidad, porque reafirmaron su sentido de libertad, se sintieron y fueron incluidas, desarrollaron nuevos lazos de amistad mediante el trabajo en equipo y se identificaron con sus experiencias positivas del pasado lo que las motivó reconocerse a ellas mismas en su nuevo entorno y con ello seguir adelante junto con sus familias.

## 11 Bibliografía

Alcaldía Mayor de Bogotá. (2014). *El libro de la Bici 2014*. Bogotá: Alcaldía Mayor de Bogotá.

Alcaldía Mayor de Bogotá. (2014). *El libro de la Bici 2014*. Bogotá: Imprenta Nacional de Colombia.

Alcaldía Mayor de Bogotá. (2019). *Estudio Biciturismo 2019*. Bogotá: Instituto Distrital de Turismo.

Alcaldía Municipal de Soacha. (2021). *Alcaldía Municipal de Soacha*. Recuperado el 20 de Marzo de 2021, de <https://www.alcaldiasoacha.gov.co/NuestroMunicipio/Paginas/Historia.aspx>

Amnistía Internacional. (2005). *La violencia contra las mujeres en los conflictos armados*. Madrid: Editorial Amnistía Internacional.

Arenas, J. (1966). *Diario de la resistencia de Marquetalia*. Recuperado el 24 de Marzo de 2021, de Cedema: [http://www.cedema.org/uploads/Diario\\_Marquetalia.pdf](http://www.cedema.org/uploads/Diario_Marquetalia.pdf)

Cagigal, J. (1979). *Cultura intelectual y cultura física*. Buenos Aires: Kapelusz.

Cantero, N. (15 de Febrero de 2013). *turismo n-d*. Recuperado el 2021 de Mayo de 2, de <http://turismond.com/el-turismo-sobre-dos-ruedas-cicloturismo/#more>

Carvajal, G. E. (2006). Aproximaciones a la noción del conflicto armado en Colombia: una mirada histórica. *Revista de Investigaciones de la Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades - UNAD* , 94-108.

Chan, H. C. (2003). A strategic study of bicycle tourism in Taiwan. *Journal of the Eastern Asia Society for Transportation Studies* , 1675-1685.

Congreso de la República de Colombia. (2008). *Ley 1257 de 2008*. Bogotá.

Congreso de la República de Colombia. (2011). *Ley 1448 de 2011*. Bogotá.

Congreso de la República de Colombia. (1995). *Ley 181 de 1995*. Santafé de Bogotá.

Congreso de la República de Colombia. (1997). *Ley 387 de 1997*. Ibagué.

Congreso de la República de Colombia. (1997). *Ley 418 de 1997*. Santa Fe de Bogotá.

Consejo de Seguridad de las Naciones Unidas. (31 de Octubre de 2000). *Naciones Unidas*. Recuperado el 7 de Marzo de 2021, de <https://undocs.org/es/S/RES/1325%20%282000%29>



---

Corte Constitucional. (2008). *Corte Constitucional*. Recuperado el 8 de Marzo de 2021, de <https://www.corteconstitucional.gov.co/relatoria/autos/2008/a092-08.htm>

Credencial Historia. (Octubre de 2005). *Banrepcultural*. Recuperado el 25 de Marzo de 2021, de <https://www.banrepcultural.org/biblioteca-virtual/credencial-historia/numero-190/la-masacre-de-las-bananeras>

Cruz, M. (2019). Soacha pide al DANE revisar las cifras del Censo Nacional 2018. *El Tiempo* .

Cuberos, J. (2018). *Segregación Socioespacial en Soacha. un Estudio a partir de las Movilidades Residenciales y Cotidianas de los Habitantes de EL Danubio y Vida Nueva*. Bogotá.

De La Torre, C. (2001). *Las identidades, una mirada desde la psicología*. La Habana: Centro de Investigación y Desarrollo de la cultura cubana Juan Marinello.

Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2018). *DANE*. Recuperado el 11 de Abril de 2021, de [https://sitios.dane.gov.co/cnpv/app/views/informacion/perfiles/25754\\_infografia.pdf](https://sitios.dane.gov.co/cnpv/app/views/informacion/perfiles/25754_infografia.pdf)

Duarte, R. (2011). Fundamentación del deporte social comunitario a partir de las categorías Bioéticas: Una opción hacia el mejoramiento de la calidad de vida que trasciende el deporte moderno. *Lúdica Pedagógica* , 13-21.

Esnaola, I. G. (2008). El autoconcepto: perspectivas de investigación. *Revista de Psicodidáctica* , 13, 69-96.

Giménez, F. (2002). El deporte dentro del ámbito recreativo: iniciación deportiva para todos. *Deporte para todos* , 195-208.

GMH. (2013). *¡Basta ya! Colombia: memorias de guerra y dignidad. Capítulo II*. Bogotá: Imprenta Nacional.

Gobernación de Cundinamarca. (s.f.). *Gobernación de Cundinamarca*. Recuperado el 14 de 03 de 2021, de <http://www.cundinamarca.gov.co/wcm/connect/bb5d509b-849e-4272-82c4-a8c6d6de530c/1.+APARTES+ESPECIALES+1.0+-+SOACHA.pdf?MOD=AJPERES&CVID=llfR0xU>

Goffman, E. (2006). *El estigma, la identidad deteriorada*. Buenos Aires: Amorrortu editores España.

Gómez, S. (2006). *Partidos políticos, construcción nacional y conflicto armado en Colombia (1948-2002)*. Barcelona: Institut de Ciències Polítiques i Socials.

Juliao, C. (2011). Los desplazados en Bogotá y Soacha características y protección.

- 
- Kisnerman, N. (2004). Desafíos del trabajo comunitario. . *IV encuentro internacional prospectiva del desarrollo comunitario sostenible por áreas de intervención*. Bogotá: Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca.
- Lamas, M. (1996). La perspectiva de género. *Revista de Educación y Cultura de la sección 47 del SNTE* .
- Lumsdon, L. (1996). Cycle tourism in Britain. *English Tourist Board* , 27-32.
- Martínez, C. (2018). *La reparación integral a las víctimas del conflicto armado en Colombia en el marco de la justicia transicional [Tesis]*. Madrid.
- Mató, E. T. (2014). *l impacto económico del cicloturismo en Europa. Síntesis de los principales estudios realizados. 2014*. Andalucía.
- Naciones Unidas. (2011). *Protección jurídica internacional de los derechos humanos durante los conflictos armados*. Nueva York y Ginebra: Naciones Unidas.
- Oficina en Colombia del Alto Comisionado de las Naciones Unidas. (2012). *Derecho internacional humanitario aplicable al conflicto armado interno en Colombia*. Bogotá: EDIGROUP LTDA.
- Oquist, P. (1980). *Violence, conflict, and politics in Colombia*. New York: London: Academie Press.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Ortíz, I. V. *Atlas ilustrado Bicicletas muy antiguas*. Madrid: Susaeta Ediciones, S.A.
- Piaget, J. (1971). *Epistemología y Psicología de la Identidad*. Buenos Aires: Paidós.
- Pizarro, E. (Septiembre de 2006). Marquetalia: el mito fundacional de las Farc. *UN Periódico de la Universidad Nacional de Colombia* .
- Porto, J. G. (2017). *Definición.De*. Recuperado el 10 de Mayo de 2021, de <https://definicion.de/ciclismo/>
- Ramírez, L. (2020). *BOGOTA*. Recuperado el 12 de Febrero de 2021, de El coronavirus y nuestro reencuentro con la bicicleta: <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/movilidad/el-uso-de-la-bicicleta-durante-la-pandemia>
- Restrepo, E. (2018). *Etnografía. Alcances, técnicas y éticas*. Lima: Fondo Editorial de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos / Facultad de Ciencias Sociales.

---

Rivas, P. R. (2008). *Las autodefensas y el paramilitarismo en Colombia (1964-2006)*. CONfines.

Robles, J. A. (2009). Concepto, características, orientaciones y clasificaciones del deporte actual. *efdeportes.com/ Revista Digital* .

Sabino, C. (1992). *El proceso de investigación*. Buenos Aires: Editorial Panapo.

Sampieri, R. C. (2014). *Metodología de la investigación*. México D.F: McGRAW-HILL.

Saumeth, E. (12 de Enero de 2011). *ecsbdefesa.com.br*. Recuperado el 20 de Marzo de 2021, de Historia de la Guerrilla en Colombia: <http://ecsbdefesa.com.br/defesa/fts/HGC.pdf>

Secretaría Distrital de Ambiente. (6 de Octubre de 2020). Recuperado el 20 de 05 de 2021, de [http://ambientebogota.gov.co/web/sda/historial-de-noticias/-/asset\\_publisher/1RkX/content/una-persona-que-cambia-el-carro-por-la-bicicleta-podria-dejar-de-emitir-aproximadamente-2100-kilogramos-de-co2-al-ano?redirect=http%3A%2F%2Fambientebogota.gov.co%2Fw](http://ambientebogota.gov.co/web/sda/historial-de-noticias/-/asset_publisher/1RkX/content/una-persona-que-cambia-el-carro-por-la-bicicleta-podria-dejar-de-emitir-aproximadamente-2100-kilogramos-de-co2-al-ano?redirect=http%3A%2F%2Fambientebogota.gov.co%2Fw)

Stringer, E. T. (1999). *Action research: A handbook for practitioners*. EE. UU.: Sage.: Thousand Oaks, CA.

Unidad para la Atención y la Reparación Integral a las Víctimas. (2021). *Unidad para la Atención y la Reparación Integral a las Víctimas*. Recuperado el 12 de Abril de 2021, de <https://www.unidadvictimas.gov.co/es/registro-unico-de-victimas-ruv/37394>

Unidad para las víctimas. (2018). *Mujeres y conflicto armado*. Bogotá.

Valenzuela, C. (2012). *Concepto Piagetano de Identidad en el proceso de Psicoterapia Constructivista Evolutiva en Niños*. Santiago de Chile.

Villarraga, A. (2011). La Constitución Política de 1991 posibilita construir la paz. *Semana* .

## Anexo A: matriz del estado del arte

| Título   | Tipo de documento | Año de publicación | País     | Autor                              |
|--|-------------------|--------------------|----------|------------------------------------|
| Uso de la bicicleta como transporte sustentable a los jóvenes del Liceo Cultural las Américas  | Trabajo de grado  | 2019               | Colombia | Lozano Castiblanco, Carlos Alberto |
| El papel de la bicicleta en las transformaciones socioespaciales del espacio público en Bogotá, en el marco del derecho a la ciudad    | Trabajo de grado  | 2017               | Colombia | Lerma Quintero, Karen Lizeth       |
| Proyecto rueda la vida. La bici como estrategia de empoderamiento ciudadano. "Derecho a la ciudad"                                     | Trabajo de grado  | 2019               | Colombia | Vivas Vivas, Juan Carlos           |
| La bicicleta como recurso educativo para la apropiación de ecosistemas en Bogotá   | Trabajo de grado  | 2016               | Colombia | Julio Vergara, Camilo Andrés       |
| Aprendizaje móvil: construcción de territorios a partir de la imagen fotográfica y los recorridos en bicicleta en la ciudad de Bogotá. | Trabajo de grado  | 2018               | Colombia | Rodríguez Peralta, Sebastián       |
| Mujer víctima del conflicto armado, cuerpo y deporte   | Trabajo de grado  | 2019               | Colombia | Veloza Quinche, Laura Sofía        |

|   |                  |      |           |   |
|---|------------------|------|-----------|---|
| Propuesta de viabilidad para una iniciativa cicloturística en el municipio de la Mesa Cundinamarca.   | Trabajo de grado | 2017 | Colombia  | Lady Janeth Gutiérrez,<br>Laura Saavedra,<br>Luis Francisco Gómez,<br>Cesar Camilo Velasco  |
| La bicicleta como estrategia emancipadora y constructora de comunidad dentro de la ciudad de Cali estudio de caso: en-biciarte y cicloamigos                  | Trabajo de grado | 2017 | Colombia  | Peralta Ardila,<br>Mayra Alejandra  |
| Propuesta para la creación de la ruta cicloturística Bogotá-Villa de Leyva, que incluya buenas prácticas en sostenibilidad bajo el enfoque de cadena de valor | Trabajo de grado | 2018 | Colombia  | Andres Felipe Ramirez Parra   |
| Factores influyentes en el ciclismo urbano de mujeres en Bogotá, Colombia   | Trabajo de grado | 2020 | Colombia  | Laura Daniela Gutierrez Tocasuche, Natalia Pintor Pardo   |
| Dinámicas del fenómeno pro-bici en la ciudad de Bogotá D.C. que promueven la movilización y la participación para la incidencia en política pública           | Trabajo de grado | 2020 | Colombia  | Rueda Jiménez,<br>Daniel Alejandro  |
| Cicloturismo en Buenos Aires otra forma de descubrir la ciudad  | Trabajo de grado | 2014 | Argentina | María Florencia Quiroga   |
| Un encuentro pedagógico con el ser, el saber y el territorio: ¡hagamos bici-clase!  | Informe          | 2017 | Colombia  | José Arquímedes López López,<br>Nicolás Andrey Martín Ocampo,<br>Lisette Sleny Moreno Pineda,<br>Sandra Johanna Gómez Hernández,<br>Viviana Uni Muñoz |

|   |                  |      |          |   |
|---|------------------|------|----------|---|
| Mujeres, patrimonio y ciudad: en bici por monumentos y espacios simbólicos de y para ellas en Bogotá            | Artículo         | 2016 | Colombia | Mónica Sánchez Bernal, Laura Triana Gallego   |
| Implementación de la bicicleta en Bogotá como un modelo de transporte eficaz, saludable, sustentable e integral | Trabajo de grado | 2013 | Colombia | Cortés Rojas, Julián Andrés   |
| Estudio Biciturismo 2019  | Informe          | 2019 | Colombia | Instituto Distrital de Turismo  |
| Hacia una sociedad ciclo inclusiva; Estudio de caso : Bikenedy Bogotá   | Trabajo de grado | 2019 | Colombia | Varela Tarazona, Sergio Felipe  |
| Investigación sociológica sobre la bicicleta como medio de transporte en Gipuzkoa 2014                          | Informe          | 2014 | España   | Departamento de Movilidad e Infraestructuras Viarias de la Diputación Foral de Gipuzkoa |
| ¡Basta ya! Colombia: memorias de guerra y dignidad. Capítulo II   | Informe          | 2013 | Colombia | Centro Nacional de Memoria Histórica  |
| ¡Basta ya! Colombia: memorias de guerra y dignidad. Capítulo I  | Informe          | 2013 | Colombia | Centro Nacional de Memoria Histórica  |
| Una Nación Desplazada   | Informe          | 2015 | Colombia | Centro Nacional de Memoria Histórica  |
| Pedaleando una historia de la bicicleta en Bogotá   | Trabajo de grado | 2013 | Colombia | Tono Jiménez, Daniel  |

|   |                  |      |          |   |
|---|------------------|------|----------|---|
| La bicicleta como modo de transporte que visibiliza el acceso desigual a la movilidad cotidiana: el caso de Santiago, Chile   | Artículo         | 2018 | Chile    | María Renee Salas Venegas   |
| Las mujeres afrodescendientes de la región pacífico y el conflicto armado en Colombia: retos para la construcción de paz en un país multicultural: caso mujeres desplazadas y lideresas de consejos comunitarios                            | Trabajo de grado | 2019 | Colombia | Sepúlveda, Álvaro   |
| Mujeres en bicicleta. Imaginarios, prácticas y construcción social del entorno en la ciudad de Sevilla  | Artículo         | 2016 | España   | Elena Huerta, Cristina Gálvez García  |
| Los desplazados en Bogotá y Soacha características y protección   | Artículo         | 2011 | Colombia | Clara Stella Juliao Vargas  |
| Factibilidad del uso de la bicicleta como medio de transporte en la ciudad de Bogotá  | Artículo         | 2010 | Colombia | Diego Fernando Suero  |
| Proyecto Amalia : Estrategia como base para el empoderamiento de las mujeres y madres cabeza de familia víctimas del conflicto armado, que hacen parte de la unión de costureros  | Trabajo de grado | 2017 | Colombia | Osorio Neira, María Camila Motta Moreno, Juanita                              |
| "Lo fragmentado, lo abandonado y lo reconstruido" . Experiencia de reubicación urbana de personas víctimas del desplazamiento forzado. El caso del proyecto de vivienda prioritario "Prados de la Samaria" En Santander de Quilichao, Cauca | Tesis            | 2019 | Colombia | Mina Chicué, Maribel Muñoz, Federico Guillermo López Tróchez, Isabel Cristina |

|  |                  |      |          |  |
|--|------------------|------|----------|--|
| Los sistemas de bicicleta publica vistos desde la relacion servicio-producto. Estudio de caso: El progama de bicicletas bicirrun de la Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogota   | Trabajo de grado | 2011 | Colombia | David Jesus Acero Mora                                   |
| Las calles son nuestras : apropiación del espacio público a través del uso de la bicicleta en la ciudad de Medellín  | Trabajo de grado | 2017 | Colombia | Andrés Martínez Andrade                                  |
| La reparación integral a las víctimas mujeres : una aproximación a la aplicación del enfoque diferencial de género en el contexto del conflicto armado colombiano                      | Artículo         | 2014 | Colombia | Sánchez Lucumí, Claudia Lorena Oliveros Ortiz, Stephanie |
| Propuesta de sistematización de experiencias del proyecto “Atención y asistencia a mujeres víctimas de violencias basadas en género” del municipio de Santiago de Cali, en el año 2015 | Tesis            | 2016 | Colombia | Girón Castellanos, Daniel                                |
| Desplazamiento forzado y enfoque diferencial una posibilidad de intervención/acción en ámbitos de exclusión  | Artículo         | 2011 | Colombia | Nelson Torres Vega                                       |
| ¡Yo si puedo! Una reflexión sobre el empoderamiento de las niñas desde el contexto de la fundación Niñas Sin Miedo (2017-2018)   | Trabajo de grado | 2019 | Colombia | Nicole Lorena Mayorga Molina                             |



|   |                  |      |          |  |
|---|------------------|------|----------|--|
| Experiencia de la estrategia de recuperación emocional con mujeres víctimas de violencia sexual en Colombia   | Informe          | 2016 | Colombia | Unidad para la atención y reparación integral a las víctimas – UARIV |
| Uso de la bicicleta : reproductor del acceso desigual a la movilidad cotidiana urbana : visibilizar al ciclista tradicional que reside y se desplaza en la periferia sur de la Metrópolis; una oportunidad hacia ciudades más inclusivas : caso de Santiago | Tesis            | 2018 | Chile    | Salas Venegas, María Renée   |
| Empoderamiento : lucha por la exigibilidad de los derechos de las mujeres víctimas de violencia sexual en el marco del conflicto armado colombiano  | Trabajo de grado | 2017 | Colombia | Becerra Castillo, Luisa Fernanda                                     |
| La mujeres frente a la violencia y la discriminación derivadas del conflicto armado en Colombia   | Informe          | 2006 | España   | Comision Interamericana de Derechos Humanos                          |
| Ley 1448 de 2011  | Ley              | 2011 | Colombia | Congreso de la República Colombia                                    |
| Tres mujeres desplazadas por la violencia, reubicadas en Cali, resignifican sus experiencias como ciudadanas entre los años 2005 y 2017. Estudios de caso   | Tesis            | 2017 | Colombia | Rodriguez Solarte, Maria Rosario                                     |
| Voces de mujeres en la región de los Montes de María: violencia sexual contra las mujeres como arma de guerra del paramilitarismo   | Artículo         | 2014 | Colombia | Linares Ardila Karen Lorena.<br>Sierra Acero Aura María              |

|  |                  |      |          |  |
|--|------------------|------|----------|--|
| Aula en bici: un proyecto longitudinal de intervención docente en Ed. Primaria   | Artículo         | 2012 | España   | Carlos Castellar Otín  |
| Significados de los estudiantes universitarios de la ciudad de Medellín hacia el uso de la bicicleta : una forma de vivirse y vivir en la ciudad   | Trabajo de grado | 2017 | Colombia | Metaute Agudelo<br>Stephanie Michelle.<br>Arias Muñoz<br>Mónica Marcela                                |
| Tejidos que dan sentido a la existencia. El significado que tiene para los habitantes de San Carlos la experiencia de reconstruir su tejido social afectado por el conflicto armado. Relatos de vida | Tesis            | 2015 | Colombia | Puerta Henao,<br>Eneida  |
| Prácticas de transporte en bicicleta y estrategias educacionales en la Localidad de Teusaquillo  | Tesis            | 2018 | Colombia | Prieto Hernández,<br>Dilia Lucia   |
| Análisis de la inclusión de la bicicleta en los planes de desarrollo de Bogotá 1995-2016: aportes a la calidad de la vida  | Trabajo de grado | 2016 | Colombia | Moreno Aguilar,<br>Ruth Myriam   |
| Pedaleando por Bogotá: la ciudad como espacio de percepción, reconstrucción y reapropiación  | Trabajo de grado | 2017 | Colombia | Rincón Alonso, Jose<br>David   |
| Una nueva mirada a la Ciudad de México : el espacio urbano a través de la bicicleta  | Tesis            | 2015 | México   | Mendoza Vargas,<br>Héctor  |
| Las mujeres indígenas, víctimas invisibles del conflicto armado en Colombia: la violencia sexual, estrategia de guerra   | Informe          | 2012 | Colombia | Concejo de mujeres,<br>familias y<br>generaciones.<br>Organización<br>Nacional Indígena<br>de Colombia |

|  |                  |      |          |   |
|--|------------------|------|----------|---|
| Representación social del conflicto armado interno Colombiano en adultos en situación de desplazamiento asentados en el municipio de Fundación | Trabajo de grado | 2010 | Colombia | Castro Ledesma, Edra<br>Maestre Pacheco, Sandra<br>Otero Díaz, Javier |
| La importancia de la bicicleta en la movilidad del Distrito Federal  | Tesis            | 2012 | México   | Salas Espíndola, Hermilo  |
| Encuesta de Movilidad 2019   | Informe          | 2019 | Colombia | Alcaldía Mayor de Bogotá  |
| El deporte como estrategia fundamental en el rescate de valores  | Trabajo de grado | 2001 | Colombia | Lozano Blanco, Humberto   |
| Significados socioculturales asociados al uso de la bicicleta como medio de transporte en Bogotá D.C., desde una perspectiva de género         | Trabajo de grado | 2019 | Colombia | Maria Viviana Caballero Suarez  |
| Intervenciones psicosociales con mujeres víctimas de violencia sexual como consecuencia del conflicto armado sociopolítico en Medellín         | Trabajo de grado | 2017 | Colombia | Rubiano Zambrano, Paula Fernanda                                      |
| Posconflicto y la revolución del arte en la sociedad colombiana  | Artículo         | 2015 | Colombia | Julián David García Cárdenas  |
| Reflexiones sobre la identidad<br>Microrelato  | Artículo         | 2013 | Colombia | Luz Angelica Moreno Paez  |
| La práctica deportiva en la construcción de ciudad y ciudadanías   | Artículo         | 2014 | Colombia | Víctor Hugo Durán Camelo  |

|   |          |      |          |   |
|---|----------|------|----------|---|
| Ley 1811 del 2016   | Ley      | 2016 | Colombia | Congreso de la República Colombia                         |
| How to promote bike tourism globally  | Artículo | 2017 | Taiwan   | Chun-An Chen<br>Hsien-Li Lee                              |
| Bikes Without Borders: Transboundary Tourism, Collaboration, and Rural Development in Montenegro                                | Artículo | 2020 | Canadá   | Ringer, Gregory D.; Vitić - Četković, Andriela            |
| Mujeres y conflicto armado  | Informe  | 2017 | Colombia | Unidad de victimas  |
| Identidad y estereotipos de la mujer en el deporte. Una aproximación a la evolución histórica                                   | Artículo | 2005 | España   | Domingo Rodríguez,<br>María Martínez,<br>Covadonga Mateos |
| Construcción de imaginarios de identidad y vestuario de las mujeres excombatientes de las FARC-EP en el posconflicto colombiano | Artículo | 2020 | Colombia | Carlos Mario Cano,<br>Maria Camila Perez                  |
| Conflicto, identidad y crítica de la memoria en Colombia  | Artículo | 2018 | Colombia | Fabio Silva Vallejo,<br>Angélica Hoyos<br>Guzman          |
| Narrativas femeninas del conflicto armado y la violencia política en Colombia: contar para rehacerse                            | Artículo | 2015 | Colombia | Martha Cecilia<br>Herrera y Carol<br>Pertuz Bedoya        |

|  |          |      |          |   |
|--|----------|------|----------|---|
| La vulnerabilidad de la mujer en la guerra y su papel en el posconflicto                                       | Artículo | 2016 | Colombia | Andrade Salazar, José Alonso; Barranco, Lilia Alvis; Jiménez Ruiz, Luz Karine; Redondo Marín, Miladys Paola; Rodríguez González, Lida   |
| Atroces realidades: la violencia sexual contra la mujer en el conflicto armado colombiano                      | Artículo | 2005 | Colombia | Sonia Fisco   |
| Resumen del acuerdo de paz   | Artículo | 2016 | Colombia | Jose Orlando Melo   |
| ABC del acuerdo final  | Informe  | 2016 | Colombia | Gobierno de Colombia  |
| Marquetalia: el mito fundacional de las Farc   | Artículo | 2004 | Colombia | Eduardo Pizarro Leongómez   |
| La reparación integral a las víctimas del conflicto armado en Colombia en el marco de la justicia transicional | Tesis    | 2018 | España   | Claudia Margarita Martínez Sanabria   |
| Diario de la Resistencia de Marquetalia  | Informe  | 1966 | Colombia | Jacobo Arenas   |
| Aproximaciones a la noción del Conflicto Armado en Colombia: una mirada histórica                              | Artículo | 2017 | Colombia | Germán Carvajal<br>Margarita Inés Lopera<br>Martha Isabel Álvarez<br>Sandra Milena Morales Mantilla<br>José Alexander Herrera Contreras |


|  |          |      |                |   |
|--|----------|------|----------------|---|
| Partidos políticos, construcción nacional y conflicto armado en Colombia (1948-2002) | Tesis    | 2006 | España         | Santiago H. Gómez Mejía                           |
| Violence, conflict, and politics in Colombia   | Informe  | 1980 | Estados Unidos | Paul Oquist                                       |
| Historia de la Guerrilla en Colombia   | Artículo | 2011 | Brasil         | Erick Saumeth Cadavid                             |
| La masacre de las bananeras  | Artículo | 2005 | Colombia       | Credencial Historia                               |
| Las autodefensas y el paramilitarismo en Colombia (1964-2006)                        | Artículo | 2008 | Colombia       | Pedro Rivas Nieto y Pablo Rey García              |
| La violencia contra las mujeres en los conflictos armados                            | Informe  | 2005 | España         | Amnistía Internacional                            |
| Resolución 1325 (2000)   | Ley      | 2000 | Estados Unidos | ONU   |
| El Libro de la Bici 2014   | Informe  | 2014 | Colombia       | Alcaldía Mayor de Bogotá                          |
| Estigma: la identidad deteriorada  | Artículo | 2006 | Argentina      | Erving Goffman                                    |
| El autoconcepto: perspectivas de la investigación                                    | Artículo | 2008 | España         | Igor Esnaola, Alfredo Goñi y José María Madariaga |

---

|  |          |      |           |                                  |
|--|----------|------|-----------|----------------------------------|
| Compilación sobre género y violencia   | Artículo | 2008 | México    | José Rosario García Ortega       |
| Transtorno de identidad, factor común en los alumnos "problema" de bachillerato                  | Artículo | 1989 | México    | Jose Luis Rodríguez Sánchez      |
| Apuntes sobre el concepto de identidad   | Artículo | 2011 | Argentina | Juliana Marcús                   |
| Concepto Piagetano de Identidad en el proceso de Psicoterapia Constructivista Evolutiva en Niños | Artículo | 2012 | Chile     | César Valenzuela W               |
| El deporte como elemento educativo indispensable en el área de educación física                  | Artículo | 2010 | España    | Antonio Rafael Corrales Salguero |

---

## Anexo B: diarios de campo

|  |                               |   |   |
|--|-------------------------------|---|---|
|   |                               | <p style="text-align: center;"><b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br/> <b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br/> <b>Énfasis Social - Diario de Campo 1</b></p> |   |
| <p><b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</p>  |                               |   |   |
| <p><b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos</p>   |                               |   |   |
| <p><b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabon</p>  |                               |   |   |
| <p><b>Fecha:</b> 18/07/2021</p>  | <p><b>Hora:</b> 10:30 a.m</p> | <p><b>Duración de la actividad:</b> 12:30 m</p>   | <p><b>Lugar:</b> Barrio Torrentes Municipio de Soacha</p> |
| <p><b>Participantes:</b> A esta reunión asistimos Carlos León, Mayra Moreno, Robinson Villabon y Catalina Orozco, junto con la señora Luz Stella Pineda, quien es víctima del conflicto armado y es líder social en el municipio de Soacha, también nos acompañó Francia y su esposo, víctimas de conflicto armado.</p>  |                               |   |   |
| <p><b>Relato:</b> La reunión empezó sobre las 10:30 a.m, en el apartamento de Francia (Mujer perteneciente a la población víctima del conflicto armado), en el conjunto Torrentes 1, ubicado en Soacha Cundinamarca. Al llegar al sitio, nuestras primeras impresiones fueron que el barrio está ubicado en el área de la periferia de Soacha, adicional <b>los conjuntos están cercanos a un humedal y en frente de la vía Indumil</b>. Al ingresar al conjunto pudimos evidenciar un deterioro en la infraestructura y un desinterés de residentes hacia los espacios comunes de los apartamentos, ya que estaban llenos de basura, cosas viejas, además las paredes rayadas y pintadas. Nosotros preguntamos del porque del deterioro del conjunto, la señora Estela respondió: <i>“acá vivimos en un ambiente muy difícil hay muchas rencillas entre los habitantes, tenemos problemas de drogadicción, robos y hasta asesinatos, es muy difícil vivir aquí tranquilo, imagínense ustedes que cuando nos dieron estos apartamentos los hijos de varios vecinos eran pequeños pero eso ya hace unos 10 años y ahora ellos se han vuelto los delincuentes dentro del conjunto, no se les puede decir nada, nosotros con ayuda de un profesor hemos logrado rescatar algunos jóvenes ya que sabemos que la culpable es la falta de oportunidades que no hay, el gobierno nos olvido por completo. Tenemos muchos problemas de convivencia, como ustedes pueden observar y escuchar hay gente que tiene aquí sus marranos y sus gallinas, yo no los culpo ya que son personas enseñadas a estar en una finca y que les toque cambiar eso por estos apartamentos pues es difícil, aquí no se ha hecho un acompañamiento de parte del gobierno para que nos ayude con la convivencia, es difícil muy difícil, y sumado a eso aquí conviven tanto el victimario como la víctima, aquí hay casos en que la mujer violada se encuentra con su violador en los pasillos o en las escaleras y al gobierno no le importa”</i>.</p> |                               |   |   |



En el aire se sentía una inseguridad al estar dentro del conjunto, la cual es reforzada con los comentarios del guardia de seguridad y algunos residentes, que nos manifestaron que hay una (galladita) de muchachos que están vigilando quien entra y sale del conjunto. Adentro del apartamento nos aseguramos de que el lugar estuviese ventilado, realizamos desinfección con alcohol en manos, los zapatos y acordamos no quitarnos el tapabocas, todo esto teniendo en cuenta que el Covid-19 ha dejado millones de muertes en Colombia y aún estamos lejos de estar vacunados; esto nos preocupaba ya que el proyecto debe realizarse de forma presencial y tal vez la gente está temerosa de salir a exponerse y contagiarse.

La señora Estela en este primer encuentro nos relató cómo es su condición de víctima, nos contó abiertamente que ella es del departamento del Huila y que un grupo de guerrilleros la violó y quedó embarazada, nació su primer hijo varón que ya es mucho mayor que los dos que tiene ahorita, este hijo no vive con ella se encuentra en otra parte de Colombia. Nos indica que ella es una líder de varias mujeres afectadas por el conflicto que al igual que ella también sufrieron de violencia sexual por parte de diferentes grupos armados, comenta que ella se encarga de convocarlas para que asistan a los diferentes talleres que les ofrece el gobierno, les ayuda a que asistan a encuentros con psicólogas para que las orienten con sus traumas personales.


Las señoras que ella ayuda son más o menos 17, hay algunas que incluso son de Soacha y se han unido a ellas, en el grupo hay señoras que no saben escribir, casi todas las señoras son cabeza de hogar, les toca responder económicamente con todo los gastos, dice la señora Estela que en ocasiones la llaman llorando porque no tienen que comer, muchas de ellas solo cuentan con una comida al día, *“yo lo que hago es que les gestiono mercados por medio de la alcaldía, pero eso es muy humillante uno estar mendigando la comida”*, incluso *“también hay prostitución entre las mujeres porque ellas se desesperan al no tener ingresos y hay gente que se aprovecha de eso”*. Dice la señora Estela que el apoyo que reciben por parte de la alcaldía de Soacha y aquellos programas y talleres a los cuales han asistido les han traído beneficios y dificultades en sus vidas; *“los talleres que recibimos son de costura, de panadería, de plomería para los hombres, talleres psicológicos, talleres de cómo denunciar lo que nos pasó”*. Pero que esos talleres ellos no tienen escenarios donde trabajarlos, les enseñan pero no hay oportunidades de trabajo. La señora Estela nos cuenta muy indignada que en una ocasión fue hablar con el alcalde porque había una oportunidad de un contrato para las señoras de hacer unos uniformes, pero que ese contrato se lo dieron a un particular, entonces que así eso no funciona, ellas tienen conocimientos pero todas las puertas cerradas, ella le dijo al alcalde *“no me regale nada, deme trabajo para mis mujeres pero no; como él es del Centro Democrático y yo no soy de esa corriente política, entonces no hay nada para nosotras”*.

Así mismo cuentan que aunque viven en estos nuevos apartamentos, ellos siguen estando inseguros ya que reciben amenazas por parte de externos y muchas veces entran a robar sus pertenencias, que no pueden dejar la puerta abierta ni medio minuto porque ya están los ladrones mirando que se llevan y *“en las noches usted sale y lo primero que ve es a esos muchachos metiendo vicio debajo de las escaleras. Nosotros aquí estamos medicados constantemente, ya que sufrimos de estrés y nervios”*. La señora Francia que es desplazada de Planeta Rica Córdoba, nos cuenta que ella tiene tres hijas y que cada una de las hijas tiene de

dos hijos. También fue víctima de violencia sexual y a causa de eso toma medicamentos todo el tiempo porque siente que se va a enloquecer y que por esta condición no puede conseguir trabajo en ninguna parte, dice que vive encerrada porque tiene miedo de salir a la calle y que además tiene sobrepeso porque se la pasa acostada, nosotros sentados en la sala con ellas les preguntamos por unas plantas que tenían en una repisa en forma de altar; la señora Francia nos cuenta: *“miren esas matas son mi familia, la de la mitad es mi mamá que me la desaparecieron los paramilitares allá en el pueblo y hasta el día de hoy no tenemos noticias de ella. La de este lado es de mi hermano que lo mataron hace 7 años y no sabemos porque, solo nos dijeron vayan a recogerlo y la otra mata es un tío que también se lo llevaron los paramilitares, alguien nos contó que lo habían matado y tirado al río”*. En este punto de la reunión nosotros estábamos muy impactados y conmovidos al escuchar esta relación que tenían las matas con la familia de ella y entendimos porque estaban en una especie de altar; nos miramos entre nosotros y quedamos sin que decir, pues tanto dolor nos dejó sin palabras. La señora Francia lo conto con tranquilidad, lo que nos lleva a pensar que lamentablemente la pérdida de sus seres queridos lo asimila con resignación, pero nosotros entendemos que es una injusticia y una negligencia total por parte del estado. Después de escuchar tanta violación de los derechos humanos les preguntamos ¿ustedes qué quieren, qué esperan? La señora Estela dice: *“queremos un trabajo digno para poder sustentar nuestros hijos, nosotros no pedimos estar acá en esta ciudad, queremos que dejen de tratarnos como si todo lo quisiéramos regalado, merecemos respeto por parte del estado”*. Sus ojos se llenan de lágrimas. Continúa diciéndonos que allá nadie quiere saber de ellos, que a esos conjuntos de Torrentes nadie quiere llegar, que la gente los mira con desconfianza cuando dicen que viven allá. La señora Estela manifiesta que le duelen sus dos hijos porque no tienen oportunidad de nada, *“¿qué futuro puede tener un muchacho que crece rodeado de delincuencia?, mi hijo ya terminó el bachillerato pero no tenemos como pagarle universidad y comer al mismo tiempo”*. En medio de esta charla nos ofrecieron un café con pan, nos queda de lección que la gente que menos tiene en ocasiones es la que más da.

Nosotros como grupo les comentamos de forma específica quienes somos, indicando nuestros nombres completos a que universidad pertenecemos y lo que estamos estudiando, en una pequeña presentación en Power Point, les explicamos el proyecto de grado que queremos trabajar con ellas, el cual consiste en hacer diferentes recorridos en bicicleta por Soacha y sus alrededores y en la ciudad de Bogotá, nuestro objetivo es enseñarles los beneficios que tiene la bicicleta y los diferentes cambios que puede generar el uso de este elemento en ellas ya sea a nivel físico como personal. Les dejamos claro que este proyecto no tiene ningún beneficio de tipo económico ni material, ya que nuestro interés es aplicar nuestros conocimientos como licenciados en contextos especiales a través de nuestro énfasis el cual es social, y así generar cambios a nivel comunitario y de sociedad que no se ven reflejados necesariamente en cosas materiales sino intangibles. La señora Estela y la señora Francia nos dijeron que les gusto mucho nuestra propuesta y nos manifiestan que el proyecto les puede dar solución a varios problemas que tiene su grupo. Nos dicen que nos van a colaborar en todo lo que sea posible. Quedamos en que la señora Estela le iba a comunicar a las demás señoras que si estaban interesadas en participar, y que nos avisaría para crear un grupo en whatsApp y así enviarles información a todas, quedamos pendientes para el próximo encuentro en el cual estarían todas las señoras donde realizaríamos una actividad y se les explicaría el proyecto.

**Conclusión:** este primer encuentro nos permitió evidenciar que sus condiciones de vida son muy precarias porque no tienen ningún apoyo del gobierno local, no tienen posibilidad de un trabajo digno que les permita sustentar a sus familias, les ofrecen talleres que los capacitan en diferentes áreas, pero no es posible aplicar los conocimientos, ya que no tienen los escenarios adecuados para ello y no cuentan con una base de ingresos que les ayude a emprender un negocio. Adicional a lo anterior, sufren de discriminación ya que al presentarse a un trabajo les cierran las puertas simplemente por el hecho de vivir en una zona como lo es el barrio Torrentes y ser víctima del conflicto armado. Todo esto nos anima a seguir con el proyecto en esta población, nosotros queremos llevarles algo novedoso fuera de lo que están acostumbradas a recibir, por medio de una práctica deportiva lograr mejorar sus condiciones de vida.

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educación de Calidad</p>  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 2</b> |   |  |
| <p><b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</p>  |  |   |  |
| <p><b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos</p>   |  |   |  |
| <p><b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón</p>  |  |   |  |
| <p><b>Fecha:</b> 1/08/2021</p>   | <p><b>Hora de inicio:</b><br/>9: 00 a.m</p>  | <p><b>Hora de finalización:</b><br/>12:00 m</p> | <p><b>Lugar:</b> Torrentes<br/>Municipio de Soacha</p> |
| <p><b>Participantes:</b> clase de Zumba. A este segundo encuentro asistieron la señora Estela, Francia, Adriana, Yady Luz, Nataly, Ofelia, Omaris, Flor Elid, Zuleiny, Nelly, Liliana, Ernelia, Eugenia, Luz Angela, Patricia, Yerlys, Nilian. Ese día algunas señoras llevaron sus hijos, lo que hacía que el grupo fuese en total de unas 25 personas.</p>   |  |   |  |
| <p><b>Relato:</b> nos encontramos sobre las 7 a.m en el portal Américas, todos llegamos en bicicleta e iniciamos el recorrido utilizando los tramos de la cicloruta que están en la Av Ciudad de Cali, pasamos por Bosa y empatamos con el bicicarril que esta paralelo a la Autopista Sur, este bicicarril compartido atraviesa el parque de Soacha y nos conecta con la vía Indumil, donde están ubicados los apartamentos de Torrentes. Este recorrido lo realizamos en una hora veinte minutos aproximadamente, todo depende del tiempo que tengamos y del cansancio que podamos tener de otras actividades. Llegamos ese día sobre las 8:30 a.m, compramos unos refrigerios para ofrecerles a las señoras, los cuales consistían de una bebida, una fruta y unas galletas.</p>  |  |   |  |
| <p>A las 9 a.m nos encontramos con la señora Estela, tal como lo habíamos acordado. Nos dirigimos al salón comunal el cual nos prestaron ese día para realizar el encuentro y las actividades programadas. Este día nos acompañó Linda, una compañera que quería conocer las señoras y se ofreció a colaborar con una clase de zumba, ya que es su especialidad. Entramos al salón y empezamos a preparar todo para recibir a las señoras, acomodamos las sillas, organizamos los refrigerios y adecuamos el sonido para la clase (para este encuentro se le había recomendado a la señora Estela que le dijera a cada señora que asistiera con ropa deportiva o cómoda para realizar las actividades). Mientras preparábamos todo nos dimos cuenta de las condiciones del salón, pues se veía sucio, abandonado, sin cortinas; esto nos preocupó por la actual situación de la pandemia, ya que habían ventanas que no se podían abrir, para este caso acordamos que todos deberíamos tener tababocas siempre, en el desarrollo de la actividad estar separados y llevamos muchos esferos para utilizarlos al momento de llenar la fichas y alcohol para aplicarles en las manos. Pese a lo anterior este sitio es un buen espacio que cuenta con sillas, tableros, mesas y una cocina cómoda que no la tienen en la mejor condición. La señora Estela nos dijo que ese salón se utilizaba muy poco, debido a lo que nos había contado, tienen muchas peleas entre los vecinos y hacer cosas de integración es muy complicado por eso el salón se ve así de descuidado.</p> |  |   |  |

Cuando estábamos alistando los refrigerios, empezaron a llegar nuestras participantes de la sesión; nos impresionó que la gran mayoría eran de descendencia afro y tenían sobre peso, a medida que iban llegando les dábamos la bienvenida y las ubicábamos en una silla mientras que llegaban las demás. A las 10 de la mañana ya contábamos con un aforo de 15 mujeres que iban a participar, más los estudiantes que realizaríamos la sesión (Mayra Moreno, Catalina Orozco, Robinson Villabon, Carlos León) y nuestra compañera invitada (Linda Espinosa). En la primera parte del taller, realizamos una actividad que consistía en presentarnos, mediante la dinámica del *tingo tingo tango*, pasando un objeto entre los participantes y cuando se dejaba de contar quien tenía el objeto debía presentarse, decir su edad y algo que le gustara realizar.



Ilustración 1. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2020).

Después iniciamos la clase de zumba con un calentamiento dirigido por Linda, en el cual ella les iba indicando que movimientos deberían hacer, al comienzo las señoras estaban un poco tímidas porque no sabían cómo integrarse a una actividad de este tipo. Sin embargo, una vez se colocó una canción de salsa, se empezaron a unir con sus hijos y siguieron las indicaciones de la profesora. De las 20 mujeres, dos de ellas no pudieron participar porque les habían realizado operaciones que les impedía hacer movimientos constantes. Después de la salsa, se continuó con bailes de champeta y músicaailable; conforme se iba realizando la actividad, algunas se sentaban a descansar.

Finalizada la clase de zumba, se realizó un estiramiento para volver a la calma; se sentaron y les ofrecimos el refrigerio ya que habían hecho un gasto energético. Después de este pequeño descanso nos ubicamos en círculo, les explicamos en qué consistía el proyecto indicando que nuestros encuentros se realizarán un domingo cada quince días en horas de la mañana. Posteriormente, les enseñamos la ficha de inscripción al proyecto para las que estuviesen interesadas en participar la diligenciaran con todos sus datos.

**Conclusión:** de esta sesión destacamos los siguientes aspectos: 1) antes de realizar las actividades; muchas de las señoras se notaban con un estado de ánimo opaco (como sin esperanza) y se percibían sus cuerpos marchitos. 2) la realización de las actividades cambió sus semblantes, ya que aparecieron las risas y el dialogo entre ellas y nosotros. 3) en cuanto a nosotros, si bien teníamos planeado que hacer y sus tiempos, una vez ellas fueron llegando la realidad es diferente y al tener conocimiento previo de las situaciones contadas por la señora Estela, estábamos a la expectativa sobre cómo era la mejor forma de abordarlas sin revictimizarlas, ni compadecerlas. A nuestro modo de ver la actividad fue propicia para un primer acercamiento. 4) en cuanto a las fichas de inscripción, recibimos la solicitud de participación de 17 señoras y a las demás les preguntamos, pero dijeron que era posible que los demás domingos no pudiesen asistir. 5) la revisión preliminar de los resultados de la ficha de inscripción nos reveló que hay varias mujeres que quieren participar, pero no tienen bicicleta. Esta situación la habíamos contemplado y previamente nos habíamos comunicado con la Fundación Tortuga, la cual nos manifestó que para proceder a realizar una donación de bicicletas, se debería hacer primero una revisión de la población y del proyecto.



Ilustración 2. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2020).

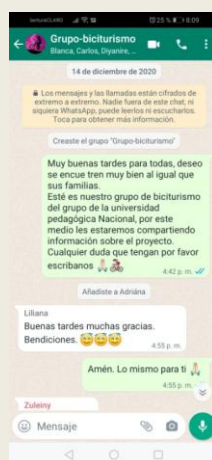



Figura 24. Grupo de WhatsApp creado con los contactos de las señoras que asistieron a la sesión.

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Libertad y Verdadero</p>   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 3</b> |   |  |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.  |  |   |  |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos   |  |   |  |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón  |  |   |  |
| <b>Fecha:</b> 8/08/2021   | <b>Hora de inicio:</b><br>10:00 a.m  | <b>Hora de finalización:</b><br>12:00 m | <b>Lugar:</b> Torrentes<br>Municipio de Soacha |
| <b>Participantes:</b> Deyanire (con sus tres hijos), Diana y Milena.  |  |   |  |
| <p><b>Relato:</b> la hora de encuentro de nosotros fue a las 8:00 a.m en el Centro Comercial Milenio Plaza ubicado en el sector de Patio Bonito. Desde este punto nos dirigimos hacia Torrentes en nuestras bicicletas en compañía de un día soleado, al llegar al centro de Soacha hicimos una parada para comprar el refrigerio de las señoras (una fruta, un carbohidrato y una bebida). Continuamos el recorrido y llegamos al barrio sobre las 9:45 de la mañana.</p>  |  |   |  |
| <p>Nos ubicamos en las canchas que están al lado de un humedal, mientras esperábamos a las señoras observamos que habían varios grupos de jóvenes entrenando fútbol. Nos disponemos a alistar todo, ya que la sesión estaba programada para iniciar a las 10 a.m y cuyo tema era Técnicas Básicas de Bicicleta.</p>   |  |   |  |
| <p>Pasadas las 10 de la mañana llegaron 2 señoras con sus hijos y sus bicicletas, eran bicicletas bastante sencillas, pequeñas y un poco descuidadas en su mantenimiento. En ese momento nosotros nos sorprendimos porque no las habíamos visto en la primera sesión, sin embargo; nos dijeron que ellas se enteraron del proyecto por medio de una señora que fue a la clase de zumba. Nosotros nos pusimos contentos por ver que ellas tuvieron la motivación de participar en la sesión; las saludamos y les dijimos que esperaran un momento mientras llegaban otras señoras a participar. Pasaron los minutos y no llegó ninguna señora más, esta situación nos preocupó porque pensábamos al menos contar con 10 de las 17 inscritas, pero al mismo tiempo teníamos que continuar por respeto con las señoras que habían llegado. Con toda nuestra actitud y energía iniciamos la sesión incluyendo a sus hijos, esperando que ojalá también se generaran cambios positivos en ellos.</p> |  |   |  |
| <p>La clase comenzó con una activación corporal con acompañamiento musical (aeróbicos), como teníamos espacio suficiente les indicamos que deberían estar separados y tener siempre bien puesto el tapabocas. Esta introducción les permitió a las personas tener un inicio más armónico, divertido y asociado a lo que les gusta que es el baile y la música. Después de esto realizamos un poco de movilidad articular y estiramientos para poder realizar la sesión de la mejor manera. Les pedimos que nos mostraran cual era su forma de montar una bicicleta, con lo cual observamos inseguridad, falta de equilibrio al desplazarse, no se sabían subir ni bajar</p>   |  |   |  |

de forma correcta, frenaban en algunos casos con los pies y no tenían en algunos casos control de la dirección.

Posterior a las observaciones anteriores, ubicamos en la cancha una serie de conos, unos en forma de zigzag para afianzar el manejo de la dirección y otros alrededor de la cancha para mejorar el equilibrio. Asimismo, les indicamos la forma correcta de subirse y bajarse de la bicicleta y el uso correcto de los frenos. Para mejorar su seguridad les ajustamos el asiento, los frenos y la dirección a cada una de las bicicletas que llevaron, esto fue un poco tedioso porque inicialmente les aplicamos alcohol a todas las bicicletas para desinfectarlas, tuvo que esperar un momento a que estuvieran secas, lo cual hizo que nos demoráramos pero era necesario dada la situación actual de contagios. Una vez finalizada esta parte compartimos el refrigerio y las señoras nos contaron un poco sobre sus vidas.



Ilustración 3. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2021).

La segunda parte de la sesión consistió en como desplazarse en grupo en la bicicleta en línea, de a dos y de a tres personas, esto con el fin de simular lo que se debe realizar cuando tengamos nuestras salidas a campo abierto. Al realizar la actividad de forma lenta, se les facilitó mucho el ejercicio, pudieron controlar las bicicletas y su espacio con relación al de los demás.

Con esto culminaríamos la parte de actividades con relación a las bases del uso de la bicicleta. Después de esto, realizamos una retroalimentación de la sesión.


**Conclusión:** las señoras que participaron nos indicaron lo siguiente Deyanire: *“fue una experiencia agradable ya que aprendimos como bajar, frenar y subir de la silla y utilizar los frenos correctamente, el equilibrio de cómo manejar en línea y en pareja, también me gustaron muchos los aeróbicos, perdí un poco el miedo”*. Diana: *“aprendí cosas buenas sobre como bajar, subir y frenar, sentí nervios por falta de confianza, aprendimos a realizar giros*



*derecha izquierda, un poco complicado la izquierda pero pude aprender*”. Con relación a la cantidad de participantes que asistieron, quedamos preocupados dado que con pocas mujeres quizás sea más difícil probar la hipótesis de nuestro trabajo, esperamos para la próxima sesión contar con más participantes, aunque la situación actual del virus puede generar que ellas tengan temor de contagiarse y por eso no asisten, de lo contrario nos tocará dedicar una sesión para buscar más mujeres. Otra situación que nos dejó pensativos es el hecho de que ellas hayan llevado a sus hijos, lo cual nos sorprendió porque dentro de lo planeado está estipulado trabajar sólo con mujeres y en este caso nos tocó integrar a los niños porque no les podemos cerrar el espacio y además nos sirve para aprender a manejar situaciones que aunque uno piensa que se pueden dar de una forma, resultan diferentes.



Ilustración 4. [Robinson Villabon]. (Soacha, 2021).

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educación de Calidad</p>  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 4</b> |   |  |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |  |   |  |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos  |  |   |  |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |  |   |  |
| <b>Fecha:</b> 22/08/2021   | <b>Hora de inicio:</b><br>10:15 a.m  | <b>Hora de finalización:</b><br>12:20 m | <b>Lugar:</b> Torrentes<br>Municipio de Soacha |
| <b>Participantes:</b> Deyanire y sus hijos (2), Milena, Diana y su hijo, Sandra y su hija. (Taller uso de la bicicleta y normas de tránsito).  |  |   |  |
| <p><b>Relato:</b> Hoy llegamos al barrio Torrentes sobre las 9:50 de la mañana, el día estaba muy soleado. Empezamos alistar todo el material para realizar el taller, el cual consistía en normas de tránsito y partes de la bicicleta, cortamos unos papeles que tenían símbolos y palabras claves que se iban a usar para pegar en las ciclas, después de esto acomodamos el material, las ciclas, nuestros objetos personales y esperamos que las participantes llegaran. Teníamos la incertidumbre de saber cuántas iban asistir, dado que en la sesión anterior sólo fueron tres y por tanto días antes nos tomamos la tarea de llamar a cada una para preguntarles si participarían en la sesión del domingo y muchas dijeron que sí.</p>   |  |   |  |
| <p>Las señoras llegaron sobre las 10 a.m pasadas, al comienzo cuando las vimos no tuvimos una buena reacción ya que solo volvieron a llegar las tres que estuvieron en la clase anterior, con sus hijos y sus bicicletas, aun así; los recibimos con todo el gusto y les dimos la bienvenida a esta nueva clase. Les dijimos que esperaríamos unos minutos para ver si llegaba alguien más y ellas nos comentaron que otras señoras llegarían al rato. Eso nos dejó más tranquilos ya que tendríamos más población que la clase pasada.</p>  |  |   |  |
| <p>Sobre las 10:30 a.m dimos inicio a la sesión con las tres mujeres y sus acompañantes. Empezamos con un calentamiento que se relacionaba a una activación corporal a través del baile; al contrario de la clase pasada donde se hizo con aeróbicos, esta vez se realizó con Bachata, ya estaba haciendo mucho sol y podía ser agotador, por lo que la exigencia no fue alta en consideración a que se cansaran desde el inicio y tuvieran toda la disposición para participar en todo lo que teníamos para las dos horas. A pesar de que los pasos eran básicos, les costaba mucho la coordinación para seguir el ritmo de la música, esta introducción se finalizó con la activación corporal y unos pequeños movimientos articulares. Después de esto la actividad que se realizó fue relacionada con las partes de la bicicleta, su estructura y cuál era la función de cada una. Primero nuestro compañero Robinson realizó una explicación detallada sobre las partes de la bicicleta y normas de tránsito, donde se realizaba un intercambio de aportes sobre lo que él les daba a conocer y lo que ellas sabían del tema, hubo mucha participación por parte de las señoras y sus hijos el cual para nosotros era muy</p> |  |   |  |

agradable ya que veíamos mucho interés por aprender del tema.

Luego se realizó una actividad de estilo evaluativa y participativa, que les ayudaría a afianzar el tema; a través de la dinámica del *tingo tingo tango*; quien quedara con el objeto debía pasar donde estaba la cicla y pegar la palabra en la parte correspondiente en la bicicleta. Fue una actividad muy interesante, todos querían participar y se ayudaban entre ellos, también los niños les gustaba y les emocionaba pasar y pegar los papeles en el lugar correcto.



Ilustración 5. [Catalina Orozco]. (Soacha, 2021).


Posteriormente, pasamos a la actividad de distinguir y probar los diferentes estilos de bicicletas, ya que esto se había explicado parcialmente al inicio de la sesión. Cada una de las señoras podía subirse (previamente se les aplicó alcohol a todas las bicicletas como norma de bioseguridad) y dar una vuelta en las ciclas que se tenían (Todoterreno, Ruta, BMX, Panadera y de Turismo) y sentir las diferencias en el manejo al cambiar de una a otra y escoger con cual se sentían mejor; en esta parte nos sorprendió que, aunque teníamos una cicla de turismo, muchas se decidieron por manejar mas la Todoterreno, ya que nos decían que se controlaba más y era más cómoda. Para finalizar con la sesión, como retroalimentación, se les dio unas hojas donde nos expresaron cuales fueron sus sentimientos, aprendizajes y emociones. Finalmente compartimos unas onces como gesto de agradecimiento por su tiempo.



Ilustración 6. [Mayra Moreno]. (Soacha, 2021).

**Conclusiones:** aunque la actividad resultó productiva para ellas y nosotros, nuevamente quedamos preocupados porque esperábamos que llegaran más participantes, en contraste con esto; las tres mujeres siempre estuvieron atentas y en su actitud se notaba alegría. Nos preguntamos si debemos utilizar otras estrategias para difundir el proyecto y así tener más participantes, a modo de broma Catalina dijo, “*prefiero pocas e interesadas que muchas dispersas*”. Un aspecto para reflexionar desde nuestra experiencia personal y profesional, es que en este día tuvimos diferencias en la forma de desarrollar el taller, lo que generó en un momento cierta tensión entre nosotros, posiblemente la ansiedad que tenía cada uno de explicar a su modo y también el hecho de estar conociéndonos en otros ámbitos hizo que pasara esto. Afortunadamente en el recorrido de regreso a casa lo pudimos dialogar de forma más calmada y acordamos siempre seguir la planeación realizada para cada taller con base en la propuesta pedagógica.

De la información que nos aportaron las señoras en sus escritos se destaca: Diana “*muy buena la clase aprendimos mucho de partes de la cicla, conocimos diferentes ciclas, gracias por su comprensión*”. Deyanire: “*las actividades dadas como montar en varias bicicletas fue una experiencia muy chévere y de muy buena información para nuestro uso personal*”. De forma similar al taller pasado, la señora Milena no realizó escrito, pero nos manifestó su gratitud por las actividades.

|  |                                  |  |                             |
|--|----------------------------------|--|-----------------------------|
|   |                                  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 5</b> |                             |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |                                  |  |                             |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos  |                                  |  |                             |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |                                  |  |                             |
| <b>Fecha:</b> 29/08/2021   | <b>Hora de inicio:</b> 10:00 a.m | <b>Hora de finalización:</b> 1:00 p.m  | <b>Lugar:</b> Parque Canoas |
| <b>Participantes:</b> Milena y sus hijos (2), Blanca y Astrid.   |                                  |  |                             |
| <p><b>Relato:</b> Nos encontramos en el portal Américas, al pasar por este lugar nos dimos cuenta de lo que habían dejado las protestas que se estaban haciendo, habían varios policías formados rodeando el portal, escombros por todo el piso, vidrios y los semáforos estaban dañados, completamente destruidos; al pasar por este tramo se sentía mucha tensión. Sobre las 10 de la mañana, llegamos en bicicleta a nuestro punto de encuentro en el parque público que se está al lado del conjunto de Torrentes etapa 3. Cuando llegamos no vimos a ninguna de las señoras que iban a asistir a la clase, entonces decidimos escribir en el grupo de WhatsApp para que estuvieran al tanto de que ya estábamos esperando a que llegaran, en ese momento las señoras Deyanire y Diana, nos confirmaron por el grupo que no podían asistir, porque tenían compromisos familiares. Pasados 5 minutos llegó Milena con su dos hijos (Jessica y Santiago), esto nos sorprendió porque ellos era la primera vez que iban a participar, nuevamente la vida nos sorprende; porque había que cambiar un poco la planeación dado que no sabíamos como ellos manejaban sus bicicletas en medio de otros actores viales. Milena manifestó que su hija Jessica de 23 años estaba aprendiendo a montar en bicicleta, porque le iba a salir un trabajo en Bogotá y tenía planeado desplazarse con este medio, lo que le generó interés en nuestra práctica del día de hoy, porque quería tener más experiencia y confianza en ella misma para los momentos en que tuviera que estar sola en las calles transportándose a su trabajo.</p> <p>Dado que no llegaron más participantes, iniciamos el trayecto con destino al parque metropolitano Canoas, que se encuentra por la variante de Soacha-La Mesa, con una duración del recorrido de aproximadamente de 40 minutos. Cuando llevábamos 15 minutos de recorrido dos señoras, que nunca habíamos visto nos interceptaron, ellas se llaman Blanca y Astrid, nos dijeron que querían unirse al proyecto y se habían enterado por un aviso que habíamos pegado en la portería del conjunto. Días antes de esta salida Carlos y Robin, fueron a Torrentes con la intención de repartir y pegar unas serie de volantes con información del proyecto y la forma de contactarnos, por eso ellas sabían de nuestra siguiente salida y hoy afortunadamente nos pudieron alcanzar.</p> <p>La estrategia grupal de acompañamiento durante el recorrido fue en parejas con una cabeza</p> |                                  |  |                             |

como líder y dos colas como guardianes que se encargaban de priorizar el bienestar y la seguridad de todos, así como el no dejar que alguien se quedara atrás y que el grupo se mantuviera compacto. La vía para llegar al sitio, tiene tres carriles dos en sentido sur-norte y uno en sentido norte-sur, esto nos permitió explicar algunas de las normas de tránsito en nuestro desplazamiento que era de norte a sur y como sólo se tenía un carril, los carros pasaban rápido y fue tensionante, porque Jessica no tenía buen equilibrio sobre la bicicleta, se bajó varias veces manifestando cansancio y nervios. Esta situación hizo que nos demoráramos un poco más para llegar al parque.



Ilustración 7. [Carlos León]. (Soacha, 2021).

Al llegar al lugar de destino sobre las 11:15 a.m, las participantes estaban demostrando un poco de cansancio, pero gran satisfacción por llegar de forma autónoma y encontrarse con un paisaje agradable ante la vista que llenaba el cuerpo de paz y tranquilidad. Decidimos subir un tramo a pie para conocer un poco el sitio y admirar el bello entorno que nos rodeaba y aunque todos nos manteníamos con tapabocas y a una distancia prudente, el aire que circulaba constantemente nos hacía sentir tranquilos. Descansamos, tomamos el refrigerio, sacamos fotos y dialogamos entre todos para conocernos más e intercambiar ideas de la experiencia que estábamos viviendo. En ese momento las señoras nos propusieron que hiciéramos una nueva salida a este parque, ya que les habían dicho que en la cima había una serie de piedras grandes con algunos dibujos realizados por los indígenas que habitaron este territorio en el pasado. Nosotros estuvimos de acuerdo y les indicamos que debíamos preparar de forma que fuera concordante con los objetivos del proyecto.

El recorrido de regreso fue más lento porque hacía mucho sol, al llegar a la vía Indumil la ciclovida (nombre de la Ciclovia dominical de Soacha) ya se había terminado y el tramo hasta



los apartamentos fue muy estresante ya que Jessica tenía mucha inestabilidad en la bicicleta y los carros y buses pasaban cerca porque la vía es más estrecha, a tal punto que ella se bajó de la bicicleta y terminó el recorrido a pie. Al llegar al punto de salida, cerramos la práctica con un estiramiento, lo que nos permitió ver el cansancio en ellas, pero con la satisfacción de haber conocido ese parque.

**Conclusiones:** la participación de Jessica fue un reto, porque no esperábamos que para esta salida tuviéramos nuevos integrantes, lo que nos hace pensar en indicarles a las señoras que previamente nos avisen si desean llevar a alguna nueva persona y con ello estar preparados y considerar dentro de la planeación un pequeño espacio de inducción que nos permita valorar la forma como la persona se desplaza en la bicicleta. En cuanto a las demás participantes, notamos que les gusta mucho montar en bicicleta, lo que genera más compañerismo.



Ilustración 8. [Carlos León]. (Soacha, 2021).

En el recorrido de vuelta hacia nuestras casas hablamos sobre lo chévere que fue conocer ese sitio, ver un paisaje agradable que incluyó aves, haciendas y gran comercio alrededor de la ciclovida, lo que de alguna forma nos revela la historia de este municipio que muchas veces pasa desapercibido y vale la pena conocerlo. Además fue muy grato que ellas nos propusieran realizar una nueva salida, dado que pretendemos desarrollar el proyecto contando con aportes y expectativas de las participantes, aunque seguimos preocupados porque sólo asistieron tres mujeres y seguimos considerando nuevamente ir a distribuir propaganda del proyecto.

|   |  |  |                                |
|---|--|--|--------------------------------|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educación de excelencia</p>  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 6</b> |  |                                |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.  |  |  |                                |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos   |  |  |                                |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón  |  |  |                                |
| <b>Fecha:</b> 5/09/2021   | <b>Hora de inicio:</b><br>8:30 a.m   | <b>Hora de finalización:</b><br>2:00 p.m | <b>Lugar:</b><br>Parque Canoas |
| <b>Participantes:</b> Blanca, sus dos hijos, el novio de la hija y un amigo, Astrid y sus dos hijos.  |  |  |                                |
| <b>Relato:</b> Llegamos al barrio Torrentes a las 8:30 a.m al punto de encuentro. Ya estaban esperando unas participantes de la práctica, que nos dieron una inmensa sorpresa cuando vimos que se encontraban acompañadas de sus hijos, todos listos para realizar la salida a Canoas como lo habíamos acordado en la salida anterior. En total nos acompañaban 6 jóvenes, 2 señoras y un perrito en una maleta. Esto nos generó sensaciones encontradas, una de alegría por ver su entusiasmo y la unión familiar que también estábamos generando a través de nuestro proyecto y la segunda de preocupación porque nuevamente teníamos pocas señoras, lo que puede dificultar cumplir con los objetivos. |  |  |                                |
|   |  |  |                                |
| Ilustración 9. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021).   |  |  |                                |
| Salimos hacia nuestro destino sobre las 9:00 a.m, después de organizar nuestro grupo, seleccionar quien iba a ir esta vez en la cabeza, en la cola y en la mitad de la fila; ya que el grupo estaba grande y debíamos tener mayor control y precaución con los jóvenes, porque no   |  |  |                                |



sabíamos cómo iban a actuar en la carretera donde hay otros actores viales. La hija de Blanca de 17 años, no contaba con una buena bicicleta; le sugerimos cambiar con alguna de las de nosotros, pero ella no aceptó diciendo que eran muy grandes y que le daba miedo, lo que generó que varias veces en el recorrido se bajara porque le tallaba el sillín.

Llegamos a nuestro destino sobre las 9:50 de la mañana; esta vez nos demoramos más que la salida pasada a pesar de que era el mismo recorrido, porque reducimos la velocidad para ir seguros y tener el trayecto bajo control. Al llegar al lugar, muchos expresaban en su rostro un poco de cansancio, ya que el tiempo sobre la cicla fue extenso y los jóvenes no estaban acostumbrados a estar sobre un sillín tan pequeño y poco cómodo; aun así, querían seguir y realizar el resto de la salida, compartiendo con todos y haciendo lo que más les gusta (Jugar y divertirse a campo abierto).

Realizamos una actividad de senderismo donde subimos las bicicletas hasta cierto tramo del camino por donde íbamos, las amarramos entre todas para mayor seguridad y tranquilidad de dejarlas y saber que no les pasaría nada, de ahí en adelante seguiríamos subiendo hasta donde más nos lo permitiera el tiempo y la energía del cuerpo. El ascenso hacia la cima fue lento porque la señora Blanca se le iba el aire y por tanto hicimos varias paradas que aprovechamos para tomarnos fotos, subir a las gigantescas piedras y admirar el paisaje. Cuando llegamos a la parte más alta, hicimos un compartir con onces que Robín había llevado para todos, generando un espacio de charla, descanso por cerca de una hora y admiración por el lugar. De forma similar a la vez anterior, mantuvimos las distancias y el uso de tapabocas, aunque por la circulación del viento que se sentía fuerte en la cima, algunos se lo quitaron, pese a que el aire tenía un mal olor porque estaba cerca el Embalse del Muña. La vista en este lugar permitía observar el municipio de Soacha y Sibaté, parte del recorrido del río Bogotá, vías veredales, el embalse y las cadenas montañosas que rodean a Bogotá.



Ilustración 10. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021).


Iniciamos el descenso con precaución para que nadie se resbalara dado que el camino era en

piedra y pasto, cuando íbamos en la mitad observamos a un grupo de hombres que estaban junto a unas piedras y sentimos temor porque se quedaron mirándonos y estaban fumando, en ese momento aceleramos el paso, llegamos donde teníamos amarradas las bicis y agilizamos el paso hacia la carretera, para emprender el retorno al punto de salida. Nos organizamos de forma similar al recorrido inicial y al pasar el puente del río Bogotá la bicicleta de la hija de Blanca se dañó y nos tocó remolcar la bicicleta y ella se vino caminando.

Cuando llegamos al conjunto de Torrentes, realizamos el cierre de la salida con estiramientos, dimos las gracias por su participación y nos despedimos para empezar nuestro trayecto hacia las casas.

**Conclusiones:** un recorrido muy grato con un excelente ambiente natural, salvo por el mal olor que genera el embalse. Nos agrada mucho que las participantes involucren a más personas, porque eso de alguna forma confirma que ellas consideran que estamos haciendo actividades que son importantes para sus hijos y amigos. Sin embargo, nos preocupa que las señoras Deyanire y Diana, no han participado de las últimas dos salidas; las hemos llamado y no hemos recibido respuesta y no nos escriben por el grupo de WhatsApp y además no hemos podido involucrar a más mujeres.

Adicional a lo anterior, en nuestro camino de vuelta conversamos sobre el hecho de que no hemos podido aplicar la entrevista semiestructurada, la cual tenemos diseñada para ser aplicada desde la segunda sesión, pero como no hemos tenido una población constante y otras mujeres se han integrado después, esto ha dificultado el uso de este instrumento como herramienta de recolección de información. Decidimos que durante esta semana nos comunicaremos de nuevo con cada una de las señoras que no han asistido para indagar su situación y en la próxima sesión aplicaremos esta entrevista.

|  |  |  |                                      |
|--|--|--|--------------------------------------|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Libertad y Verdadero Progreso</p>   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 7</b> |  |                                      |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |  |  |                                      |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos  |  |  |                                      |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |  |  |                                      |
| <b>Fecha:</b> 12/09/2021   | <b>Hora de inicio:</b><br>8:00 a.m   | <b>Hora de finalización:</b><br>2:30 p.m | <b>Lugar:</b><br>Municipio de Sibaté |
| <b>Participantes:</b> Milena y su hija Yessica, Blanca su hijo y un amigo de su hijo.  |  |  |                                      |
| <p><b>Relato:</b> previo a la realización de esta salida, durante la semana nuevamente nos dimos a la tarea de llamar a las señoras que habían llenado la ficha de preinscripción del proyecto; con dos objetivos. Primero indagar el ¿por qué?, no habían asistido a las sesiones anteriores, las cuales citábamos con anterioridad por el grupo de WhatsApp y segundo tener un estimado de personas que asistirían a la siguiente sesión y preparar la logística de las entrevistas semiestructuradas. Lastimosamente, entre las respuestas que recibimos a su inasistencia mencionaban que habían conseguido trabajo los fines de semana, que debían atender asuntos personales asociados con su familia, iglesia o simplemente que no habían podido. Nuevamente con las señoras Deyanire y Diana, fue imposible comunicarnos dado que nunca nos contestaron el teléfono. Con este panorama de incertidumbre frente al número de participante decidimos ir a Torrentes y pegar nuevamente publicidad del proyecto invitando a nuevas mujeres a que se sumen para la próxima sesión.</p> |  |  |                                      |
| <p>Nos encontramos en el Portal de las Américas a las 7:00 a.m y nos trasladamos a Torrentes con la esperanza de tener más participantes el día de hoy. Llegamos a las 8:00 a.m al parque cerca al Conjunto donde era el punto de encuentro acordado. Las señoras nos estaban esperando con sus hijos y las bicicletas para empezar la salida, con su ropa e implementos adecuados. A las 8:15 a.m dimos inicio dado que no llegó ninguna nueva participante, empezamos a rodar en las ciclas, con todo el ánimo y ganas con destino a Sibaté; como siempre nos acompañaba un día soleado. Los que iban encabezando el grupo eran Robinson y la señora Blanca, ya que ellos tenían idea del camino, al final del grupo estaba Carlos pendiente de que ninguno se quedara atrás, Catalina estaba ubicada en la mitad indicando cuando pedalear de a dos o de a uno dependiendo del espacio que hubiese.</p>   |  |  |                                      |
| <p>Realizamos un recorrido largo saliendo por el barrio Ducales donde tuvimos mucho cuidado por donde pasábamos ya que se conoce por ser un sector bastante inseguro y sus calles están completamente destapadas, llenas de huecos y barro, la ventaja es que íbamos en grupo y esto nos hacía sentir un poco de confianza, pues la señora Blanca nos comentó que este barrio es muy peligroso porque viven muchos reinsertados de guerrilla y paramilitares y que hay ciertas horas de la noche en que no se debe transitar, nosotros decidimos atravesar este barrio para</p>  |  |  |                                      |

llegar a la Autopista Sur y así acortar un poco el camino. Al llegar a la autopista recorrimos un tramo sobre la vía, no fue peligroso ya que el día domingo transita mucho ciclista hacia Mondoñedo para entrenar, esto permite que casi todo un carril se habilite para los que vamos en bicicleta, luego nos incorporamos a la cicloruta que tiene la autopista pasando por el cementerio hasta la entrada a Sibaté, habían unos funcionarios de la alcaldía en compañía del ejército realizando una campaña sobre el uso del casco en esta vía, argumentando que habían ocurrido varios accidentes con ciclistas y que no estaba permitido el paso a los que no llevaran casco.

En ese momento Catalina le dijo al señor, *“Esta campaña está muy bien porque el casco es un elemento de protección importante para los ciclistas, pero también la campaña debería de ir orientada hacia los conductores, ya que nosotros en un recorrido pasado notamos que ellos exceden los límites de velocidad permitidos, todos debemos respetar las normas de tránsito, si está indicado en varias señales que deben ir a 60 por que van a 80 e incluso a 100?”*. En ese momento nos percatamos que algunos no tenían el casco, del cual habíamos dialogado en la sesión de las señales de tránsito, indicando la importancia de su utilización y las señoras dijeron que realizarían el esfuerzo para comprarlo, pero como empezaron a traer a sus hijos manifestaron que lo harían después.

Definitivamente los señores de la campaña no nos dejaron pasar y tuvimos que buscar una solución; gracias a Robinson y a su habilidad para ubicarse a través de Google Maps encontramos un camino alternativo que no tuviese que compartirse con los vehículos motorizados. Este camino resultó ser un sendero para realizar turismo en bicicleta, era un camino destapado y tranquilo donde podíamos desplazarnos sin problema, a nuestro ritmo; aun así, nos demoramos más de lo esperado ya que nos fuimos despacio admirando el paisaje que encontrábamos, habían bosques muy bonitos con diferentes tipos de árboles, vacas, una hacienda muy grande pintada de blanco, casi todo este sendero iba paralelo al Embalse del Muña, pero curiosamente no estaba oliendo a feo, al contrario nos detuvimos en una parte para mirar el embalse y tomar fotos, nos percatamos de que había gran variedad de patos y garzas dentro y alrededor del embalse, entonces entre todos concluimos que si ellos estaban ahí, era porque el embalse no estaba tan contaminado como creíamos ya que había una cadena de vida.



Ilustración 11. [Blanca Piamba]. (Sibaté, 2021).

Continuamos pedaleando y de un momento a otro llegamos a una base militar, esta parte del paisaje fue un poco raro porque solo vimos a un soldado unos metros antes en una caseta y al llegar a la base y atravesarla no vimos más soldados, claro que sentíamos esa sensación rara y miedosa de que nos estaban observando, Robinson nos dio una señal de que pedaleáramos más rápido para salir de ese tramo, que la verdad fue un poco terrorífico, ya que solo se escuchaba un silencio raro. Continuamos el recorrido, el paisaje seguía siendo hermoso, vimos varias fincas grandes y muy bonitas.



Ilustración 12. [Blanca Piamba]. (Sibaté, 2021).

Cuando llegamos a Sibaté hicimos una parada en una panadería donde compramos pan y unos bocadillos, (que por cierto estaban deliciosos) nos dirigimos a una zona estratégica alta y turística, para llegar hasta allá nos tocó hacer una subida un poco exigente para las señoras y para Yessica (recordemos que ella estaba en el proceso de aprender a montar bicicleta) al llegar a este mirador nos dimos cuenta que era muy turístico, había mucha gente disfrutando de las zonas verdes, también mucha actividad económica, se observaban varios restaurantes, puestos de postres y diferentes quesos y lo mejor, cantidades de fresas de todos los tamaños y precios, pues este pueblo se caracteriza por sus inigualables fresas con crema (teoría que comprobaríamos más adelante jejejej). Dejamos las bicicletas amarradas antes de empezar a subir al mirador.

Nos ubicamos en el pasto y mientras hacíamos las entrevistas semiestructuradas, primero a la señora Blanca y después a Milena, los demás compartieron el refrigerio, lleno de intercambio de pensamientos y sentimientos. Luego de esto hicimos una pequeña caminata, tomamos fotos

y disfrutamos de la vista.

Ya al final cuando nos íbamos a devolver, llegaron unos familiares de la señora blanca, ella nos presentó y fue un gusto saber más de su familia, nos comentó que se quería quedar con ellos y después se devolvía. Nosotros empezamos nuestro camino de vuelta con las otras participantes, Catalina había aprovechado para comprar algo en donde estábamos, aun así; en el camino de vuelta paramos para poder comer fresas con crema, no podíamos dejar de probar este postre tan rico. La señora Milena aprovechó y llevó unos postres para su esposo. Cuando íbamos llegando a la tienda antes de comer las fresas Yessica se desequilibró al frenar y cayó, preocupándonos a todos y auxiliándola de inmediato. A pesar del duro golpe y la preocupación, ella se levantó y al revisarla nos dimos cuenta que no pasó más allá de un golpe, nos dijo que estaba bien que podía continuar sin problema. Después de esto seguimos nuestro camino, cuando ya íbamos saliendo de Sibaté nos dimos cuenta que la bicicleta de Carlos estaba pinchada, nosotros contábamos con kit de despinche pero oh sorpresa! no llevamos bomba, en ese momento decidimos que Catalina seguiría el camino de vuelta hasta Soacha con Milena y Jessica, mientras que Carlos y Robinson se devolvían de nuevo al pueblo para ubicar una bomba.

En ese momento pensamos que sería rápido y que nos encontraríamos en el camino de regreso todos. Después de una larga búsqueda y no encontrar ayuda dentro del Municipio, unos ciclistas nos colaboraron con la reparación, ya después de conseguir reparar la cicla se realizó un largo recorrido a la mayor velocidad posible y alcanzar a Catalina y a la señora Milena y a Yessica; aun así no se logró alcanzarlas y ellas llegaron primero, así que decidimos continuar el camino hacia nuestras casas ya que Catalina iba a cerrar la práctica al dejar las participantes en su hogar y decirles que nos veíamos en una próxima salida concluyendo así el día.

**Conclusiones:** esta salida nos dejó tres enseñanzas que requieren ser aplicadas en las próximas sesiones. Primero, que debemos tener establecido un listado de elementos esenciales que cada integrante debe llevar, segundo disponer de al menos dos recorridos diferentes para llegar al punto objetivo y tercero un protocolo de actuación frente a situaciones que impliquen que el grupo deba separarse.

Las situaciones que se presentaron hoy relacionadas con los cascos y la bomba, hicieron diferencia, ya que el hecho de no contar con estos elementos modificó la ruta y la unión del grupo, lo que generó trauma en el recorrido de regreso, porque decidimos utilizar la vía principal (vía Sibaté-Soacha) y segundo porque Yessica nunca había hecho un recorrido tan largo. Catalina nos comentó que de regreso se sintió preocupada en varios tramos porque ella había ubicado a Yessica en la mitad, la señora Milena iba adelante y ella atrás, para brindarle a Yessica mas seguridad al tener que compartir la vía con tantos vehículos, ya que estos pasaban demasiado cerca porque la vía no cuenta con una berma.

Catalina agregó que hubo momentos en que la señora Milena como tiene más experiencia en la bicicleta se adelantaba y las dejaba atrás, luego para entrar a Torrentes les tocó atravesar el barrio Ducales pero esta vez solo las tres, Catalina resaltó *“miren aquí la importancia de estar siempre unidos por motivos de seguridad, es por esto que detalles como los de la bomba no*

*puede volver a pasarnos, ya que genera un trauma en el desarrollo de los talleres como lo que les acabo de contar”.*

Respecto a la aplicación de las entrevistas, consideramos que el entorno en el cual se hicieron fue agradable, las señoras dialogaron de forma abierta y tranquila, lo que nos permitió conocer algunos aspectos personales que en otro espacio seguramente no hubiese sido posible. Si bien tener más participantes posiblemente generaría mayor impacto del proyecto, Blanca y Milena, han sido muy generosas con nosotros, nos han regalado su tiempo y siempre con la mayor disposición para que las actividades se realicen de la mejor forma, esto nos genera sentimientos encontrados, algo de frustración por sólo tener dos mujeres partícipes y de alegría al verlas en las salidas y escuchar sus comentarios positivos hacia nosotros.

|   |  |  |  |
|---|--|--|--|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educación de Calidad</p>   | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 8</b> |  |  |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.  |  |  |  |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos   |  |  |  |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón  |  |  |  |
| <b>Fecha:</b> 26/09/2021  | <b>Hora de inicio:</b><br>8:10 a.m   | <b>Hora de finalización:</b><br>1:00 p.m | <b>Lugar:</b> Montañas de Ciudad Verde |
| <b>Participantes:</b> Blanca y su hijo, el amigo del hijo de blanca y Milena.   |  |  |  |
| <b>Relato:</b> para esta sesión incorporamos en la planeación un listado de elementos básicos que siempre debemos tener y como ya sabíamos el lugar a donde íbamos a ir, previamente revisamos los caminos con ayuda del programa Google Earth.   |  |  |  |
| <p>Nos encontramos sobre las 7 a.m en el portal Américas e iniciamos nuestro pedaleo hacia Soacha, siempre que hacemos este recorrido nos integramos a la ciclovía que atraviesa por Bosa y empata con la ciclovía de Soacha que cruza por el parque principal. Hemos notado que siempre está llena, es un espacio que la gente utiliza y disfruta mucho. Para fortuna de nosotros es un día bastante soleado y bonito.</p> |  |  |  |
|   |  |  |  |
| Ilustración 13. [Mayra Moreno]. (Soacha, 2021).   |  |  |  |
| <p>Llegamos a nuestro punto de encuentro a las 8:10 a.m, y como ha sido costumbre las señoras Blanca y Milena juntos con sus acompañantes nos están esperando, lo cual es muy grato porque denota interés. Ya tienen los implementos listos y sus bicicletas parqueadas, hoy Robinson llevó un parlante para poner música y ambientar la salida con diferentes géneros que</p>  |  |  |  |



quisiéramos escuchar. A las 8:30 a.m empezó nuestro recorrido hacia una zona verde en la cima de una montaña que se encuentra detrás de Ciudad Verde otro sector importante de Soacha. Para desplazarnos hasta allá tomamos el camino de la vía Indumil, después entramos por un sendero destapado, esta ruta fue propuesta por las señoras ya que nos querían mostrar durante el recorrido diferentes haciendas que habían, pese a que teníamos otro trayecto planeado, accedimos porque la naturaleza del proyecto debe ser participativa y quienes mejor que ellas para indicarnos un camino diferente. Nos impresionó mucho la arquitectura de las estructuras que vimos, su belleza y su cuidado tanto interno como externo, a pesar de que no pudimos entrar, el poder observarlas nos dio mucho asombro. Después de tomarnos muchas fotos en cada hacienda, seguimos nuestro rumbo hacia la montaña lo cual no era tan fácil ya que, al ser destapado el sendero, las ciclas debían ir muy lento para no dañarlas o tener algún accidente. Lo malo del recorrido es que íbamos junto a un caño de agua picha donde había mucha basura, una lástima que se dañe la naturaleza de esa forma.



Ilustración 14. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021).



Después de pasar todo el sendero empedrado llegamos al inicio de la montaña, donde tuvimos que cargar nuestras ciclas y empujarlas hasta lo más alto; cuando llegamos a la cima de la montaña pudimos dejar las ciclas apiladas al lado de unos arbustos, donde las amarramos y quitamos las cosas personales que pudiesen correr algún riesgo de pérdida. Nos sentamos a admirar el paisaje, así como hablar un rato, hacer nuestro compartir y tomarnos muchas fotos. En un momento encontramos unos cactus los cuales contenían un fruto muy exótico que muchos no conocíamos y la señora Milena nos contaba que ella comía esa fruta cuando era más joven, así que quisimos intentar tomar una para probarla, sin embargo; debíamos tener cuidado porque el fruto contiene unas espinas que se pegan a la piel y son muy difíciles de quitar. Ya después de tomar la fruta y limpiarla con una cascara de banana la cortamos por la mitad y probamos lo que tenía por dentro, lo cual parecía una jalea muy suave.

Después de hacer lo planeado volvimos a tomar el camino hacia los apartamentos para dejar a las señoras y los niños en sus casas, bajamos la montaña, tomamos el camino destapado,

pasamos de nuevo por las haciendas hasta llegar a la vía Indumil, para finalmente despedirnos de nuestros participantes de la actividad.

Ese día les agradecemos por habernos mostrado una parte nueva de Soacha, que la verdad nos dejó muy enamorados por su vista y su tranquilidad. Después de esto tomamos rumbo a nuestras casas dándole finalización a la salida del día.

**Conclusiones:** queremos destacar de esta salida los siguientes aspectos, 1) hasta el momento siempre ha sido muy grato llegar al punto de encuentro y encontrar ya listas a las señoras Milena y Blanca, pese a que nos hubiese gustado tener más participantes. 2) Milena y Blanca han congeniado muy bien, ellas no se conocían previamente y hemos notado que se entienden bien, pues durante las salidas se aconsejan con temas de salud, ejercicio, se cuentan anécdotas, lo que indica que hay compañerismo y empatía. 3) las planeaciones que hemos realizado antes de cada sesión, nos sirven para tener presente los aspectos básicos, sin embargo; como se ha relatado en diarios anteriores, las cosas cambian en la medida que se desarrolla la sesión, lo que implica acoplarnos a diferentes situaciones y tratar de resolverlas de la mejor forma, seguramente esto pasará de forma frecuente en otras salidas. 4) algo que nos ha sorprendido es que el municipio de Soacha tiene varios lugares aledaños que tienen un valor paisajístico e histórico importante, que vale la pena conocerlos y disfrutarlos, de alguna manera para nosotros estas sesiones también han servido para romper con la segregación espacial que genera Bogotá, en el sentido que uno cree que todo lo mejor está en la ciudad y en los municipios ubicados hacia el norte, pero esa concepción es equivocada, los demás lugares aledaños también tienen una historia que contar, bellos paisajes que mostrar y gente interesante por conocer.

|  |  |   |                               |
|--|--|---|-------------------------------|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educación de Calidad</p>  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 9</b> |   |                               |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |  |   |                               |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos  |  |   |                               |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |  |   |                               |
| <b>Fecha:</b> 3/10/2021  | <b>Hora de inicio:</b><br>9:00 a.m   | <b>Hora de finalización:</b><br>12:30 m | <b>Lugar:</b> Parque Chicaque |
| <b>Participantes:</b> Milena, Blanca y sus hijos, un amigo del hijo de Blanca.   |  |   |                               |
| <b>Relato:</b> Llegamos a Torrentes sobre las 8:30 de la mañana, las señoras no habían llegado aún, nos sentamos en el andén para esperarlas y como ahí todos los domingos se hace una señora a vender arepas con queso, nos compramos unas para desayunar.  |  |   |                               |
| <p>La primera en llegar fue la señora Milena muy puntual, esta vez ya no la acompañaba Yessica, nos comentó que le había salido un trabajo y que estaba muy ocupada, nosotros le dijimos que cuando quisiera volver será bienvenida. A los 5 minutos llegó la señora Blanca con su hijo y el amigo, como ya les habíamos dicho por el grupo que la salida era hasta el Parque Chicaque, llegaron preparadas con gorra (desafortunadamente no han podido comprar los cascos), gafas de sol e hidratación. <b>Iniciamos el recorrido hacia el parque, siempre distribuidos de tal forma que uno iba a la cabeza del grupo dos en el centro y uno al final, siempre pendientes de mantener el grupo compacto.</b> El recorrido por la vía principal hasta llegar al parque transcurrió con normalidad, de hecho el ritmo de pedaleo fue bueno y constante, no tuvimos que hacer ninguna parada.</p> |  |   |                               |
|    |  |   |                               |
| Ilustración 15. [Carlos León]. (Soacha, 2021).   |  |   |                               |

La carretera que permite el acceso al parque desde la vía principal es destapada y tardamos hasta la entrada de Chicaque cerca de 40 minutos, el paisaje es muy bonito tal cual como se describe en las indicaciones para ir al parque, donde mencionan que esta zona corresponde a un bosque de niebla. Empezamos el recorrido pedaleando suave porque el camino tenía piedras sueltas y estas te pueden hacer caer de la bicicleta si las coges mal. Hicimos una parada para que la señora Blanca tomara unas fotos, porque es otra de sus pasiones, la fotografía. Seguimos el recorrido el cual se torno más exigente, Milena decidió subir un tramo caminando, luego más adelante hicimos un descenso un poco peligroso antes de llegar al parque, vimos que durante el camino habían varios restaurantes campestres muy bonitos y varios puestos de los campesinos sobre la carretera vendiendo jugo de naranja. En la medida que avanzamos evidenciamos lo que significa bosque de niebla, el clima cambió, al comienzo había sol y después niebla, en ese momento nos dio frío a pesar de que íbamos en las bicicletas haciendo actividad física. Al llegar a la entrada del parque nos sentamos en una montaña para descansar, el paisaje era asombroso, ya que la niebla estaba encima de nosotros no se veía a más de un metro, continuamos subiendo hasta llegar a la entrada principal, nos sorprendimos al ver la cantidad de carros y turistas que estaban visitando el parque. Dejamos las bicicletas amarradas y nos fuimos hacer una caminata por los alrededores. Nos sentamos en una piedra gigante y repartimos el refrigerio, esta vez comimos empanadas de carne y de pollo que Robinson había preparado para nosotros, en ese momento del compartir la señora Blanca cuenta varias anécdotas de paseos que ha tenido, ella es una mujer con mucha energía, siempre tiene algo chistoso que contarnos y hacernos reír a todos, el ambiente es muy agradable en el grupo, Milena es mas callada pero igual se ríe todo el tiempo.



Ilustración 16. [Blanca Piamba]. (Soacha, 2021).



Decidimos caminar hacia la montaña y seguimos un camino entre los árboles, la vegetación era bastante espesa, pero el aire se sentía liviano, limpio, muy distinto al que uno está acostumbrado a respirar en la ciudad, llegamos hasta que el camino se terminó, al devolvemos

Robinson se cayó porque el piso estaba húmedo y resbaloso, ahí nos dio mucha risa a todos, fue un momento bastante chistoso. Luego entramos una carpa donde está exhibida una maqueta del parque (que es privado y hay que pagar para ingresar), muy bonita, allí hay una persona explicando todo lo relacionado con el, posteriormente nos fuimos a un árbol denominado arboloco y tomamos varias fotos.

Decidimos empezar el retorno hacia Soacha porque estábamos bastante retirados, para nosotros dejarlas a ellas en Torrentes y luego seguir pedaleando hacia Bogotá. Al tomar el camino destapado que nos lleva a la carretera principal, la señora Blanca y Milena se bajaron de las bicicletas, las acompañamos también bajándonos de nuestras ciclas, era entendible porque la subida era larga y demasiado empinada para ellas. Llegamos a la vía principal, el ritmo del pedaleo fue más lento, ya se sentía el cansancio.

Llegamos a Torrentes sin ninguna novedad, eso si; contentos y cansados. La señora Blanca nos invitó a un helado para que cogiéramos fuerzas para nuestro retorno a Bogotá, nos sentamos todos en el pasto del parque a comer, fue un momento muy bonito, nos dio la sensación de agradecimiento por lo que habíamos hecho hoy. Cerramos este taller dándoles algunas recomendaciones físicas para que no amanecieran tan maltratadas por la pedaliada.

**Conclusiones:** en esta salida hemos notado mucho más consistente el ritmo de pedaleo de las señoras Blanca, Milena y sus acompañantes, en sus semblantes se nota que demoran más tiempo en cansarse, lo que nos indica que las sesiones anteriores y las recomendaciones que les hemos dado, las han puesto en práctica para mejorar su cadencia y manejo de la bicicleta. Nuevamente el ambiente nos sorprende, somos muy privilegiados al tener un lugar como este cercano a Bogotá, donde en una corta distancia el paisaje puede cambiar de soleado y despejado a nublado con niebla, eso revela la diversidad natural de nuestro país, la cual debemos cuidar y proteger.

|  |                                    |   |                                      |
|--|------------------------------------|---|--------------------------------------|
|   |                                    | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 10</b> |                                      |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |                                    |   |                                      |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos  |                                    |   |                                      |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |                                    |   |                                      |
| <b>Fecha:</b> 17/10/2021   | <b>Hora de inicio:</b><br>8:00 a.m | <b>Hora de finalización:</b><br>1:00 pm   | <b>Lugar:</b><br>Monserrate - Bogotá |
| <b>Participantes:</b> Milena y su hijo, Blanca, el profesor Alejandro Villanueva.  |                                    |   |                                      |
| <p><b>Relato:</b> nos encontramos a las 8:00 a.m en la estación de Transmilenio “Las Aguas” que está ubicada en el centro de Bogotá, nos reunimos con la señora Blanca y la señora Milena junto a su hijo; también tuvimos la compañía del profesor Alejandro Villanueva, quien es nuestro tutor del proyecto de grado.</p> <p>La salida de este día estaba planeada para realizarse en Bogotá, pero sin el uso de la bicicleta ya que el objetivo era llegar hasta la cima de Monserrate a pie; gran reto que las señoras se habían propuesto, porque las salidas anteriores se habían realizado en los alrededores de Soacha o dentro del municipio y hacia Bogotá no habíamos realizado una salida.</p> |                                    |   |                                      |
|    |                                    |   |                                      |
| Ilustración 17. [Blanca Piamba]. (Bogotá, 2021).   |                                    |   |                                      |
| <p>Empezamos nuestra caminata hasta la entrada del sendero, nos dimos cuenta la cantidad de personas que estaban realizando el mismo ascenso; al ver esto nos alertamos por el tema de la</p>  |                                    |   |                                      |

pandemia (que hasta la fecha había dejado más de 70 mil muertos) antes de empezar el ascenso enfatizamos en los protocolos de bioseguridad, respecto al uso del tapabocas todo el tiempo, tratar de mantener una distancia prudente y el uso de alcohol para desinfección. Iniciamos nuestro ascenso a las 8:30 a.m con toda la energía y entusiasmo llevando una organización de dos profesores en la cabeza y dos profesores en la cola y los participantes en el medio donde estuviesen más seguros, más aislados de las demás personas controlando el distanciamiento y en dado caso de un accidente tener la forma de realizar una buena asistencia. Al comienzo del recorrido se empezó muy bien y con buen ritmo, poco a poco, los escalones se vieron más seguidos, tuvimos que realizar bastantes descansos, ya que nuestros participantes por su condición física, no podían exigirse demasiado, era importante subir con calma para evitar un problema mayor, aun así; nosotros estábamos animándolas y dándoles mucha fuerza para que continuaran y llegaran a la cima.

El recorrido duró dos horas y media, pero más que el tiempo que invertimos; queríamos llegar a esa superación personal de cada uno al subir un sitio tan importante y tan difícil como lo es Monserrate, generando un nuevo sentimiento en cada una de las personas que estaban acompañándonos ese día. Al estar en la cima, estaban todos muy felices y orgullosos de llegar hasta el final, arriba hicimos un compartir, una charla expuesta por nuestro tutor y por último un recorrido por algunos sitios de interés que se encuentran allá. Después de esto empezamos el descenso el cual duró alrededor de una hora y al llegar abajo cuando ya nos temblaban las piernas de tanto esfuerzo, volvimos hasta el punto de encuentro de la mañana donde nos despedimos y cerramos nuestra salida del día sobre la 1:00 p.m.




Ilustración 18. [Catalina Orozco]. (Bogotá, 2021).

**Conclusiones:** esta fue una sesión especial, primero porque no utilizamos la bicicleta y segundo porque era la primera vez que nos encontrábamos en Bogotá. Si bien uno de los elementos esenciales del proyecto es la bici, en este caso no se usó porque consideramos que

---

la sola subida y bajada, implicaba una exigencia física alta; a lo cual sumarle un recorrido de aproximadamente 43 kilómetros (Torrentes – estación Funicular) ya sería bastante y posiblemente las señoras hubiesen manifestado alguna molestia física. El argumento anterior lo pudimos corroborar, dado que la señora Blanca, tuvo varias molestias en el recorrido que se manifestaron porque sentía que le faltaba el aire. Pese a lo anterior, ella estaba decidida a que tenía que lograr subir la montaña, pues no conocía Monserrate y se lo propuso como un reto, lo que nos demostró; que quizás su vida ha sido así, con varios problemas entre ellos el cargar con el peso de ser víctima del conflicto armado, pero con la tenacidad de querer salir delante de la mejor forma para luego mirar hacia atrás y sentirse satisfecha.



|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL<br/>Educación de Calidad</p>  | <b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br><b>Énfasis Social - Diario de Campo 11</b> |   |  |
| <b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.   |   |   |  |
| <b>Tutor:</b> Alejandro Villanueva Bustos  |   |   |  |
| <b>Realizado por:</b> Carlos León, Mayra Moreno, Catalina Orozco y Robinson Villabón   |   |   |  |
| <b>Fecha:</b> 31/10/2021   | <b>Hora de inicio:</b><br>9:00 a.m  | <b>Hora de finalización:</b><br>1:00 pm | <b>Lugar:</b> Barrio Torrentes Municipio de Soacha |
| <b>Participantes:</b> Milena, Blanca, su esposo y sus hijos.   |   |   |  |
| <p><b>Relato:</b> hoy es nuestro último encuentro y el objetivo es aplicar la entrevista estructurada y compartir un desayuno con la señoras Blanca y Milena. Decidimos desplazarnos en carro, primero porque las condiciones del clima no eran tan buenas, segundo porque Mayra tenía algunas molestias de salud y tercero para poder comprar las cosas del compartir.</p>  |   |   |  |
| <p>Cuando íbamos llegando a la vía Indumil cerca a Torrentes caímos en cuenta que la vía estaba cerrada ya que esa es utilizada para la ciclovida, en ese momento nos percatamos de lo curioso de la situación, como estábamos acostumbrados a llegar en bicicleta sin ningún contratiempo asumimos que en carro sería igual (notamos la gran diferencia de andar en carro y de andar en bicicleta jejeje). Así que tuvimos que hacer otro trayecto para poder llegar a Torrentes Etapa 3, después de dar miles de vueltas en el carro y meternos por sitios que no conocíamos muy bien, llegamos a los conjuntos; pudimos ingresar y subir el mercado que llevábamos para hacer el desayuno al apartamento de la señora Blanca, quien amablemente nos ofreció su casa para poder hacer el cierre del proyecto, realizar la entrevista final, charlar y hacer intercambio de historias, así como de risas y buenos sentimientos entre todos.</p> |   |   |  |
| <p>Cuando subimos a la casa de la señora Blanca nos estaba esperando el esposo, los hijos y la señora Milena, quienes nos recibieron muy bien, siendo muy atentos y gentiles con nosotros; después de acomodar y charlar un poco de nuestro trayecto, decidimos dar inicio al desayuno, hicimos unos huevitos con tocineta, acompañado de un chocolate, pan y queso campesino. Fue un poco complicado hacer el desayuno ya que no sabíamos bien donde estaban los diferentes utensilios y el espacio era muy reducido, solo podían estar dos personas en la cocina así que una de las compañeras debió esperar en la sala con las demás personas. Al terminar de hacer el desayuno, la señora Blanca nos colaboró sirviendo en los platos ya que era la única persona que sabía bien donde estaba la vajilla y tenía idea de qué cantidad darle a cada persona.</p>  |   |   |  |
| <p>Tomamos el desayuno con muchísimas ganas ya que siempre se había hecho tarde por el cambio de ruta que nos tocó hacer para poder llegar a los conjuntos; luego realizamos las entrevistas estructuradas las cuales tenían las mismas preguntas para las dos. Al finalizar la</p>  |   |   |  |


sesión, les dejamos una pequeña tarea que consistía en hacer un escrito con sus vivencias, pensamientos, aprendizajes y aspectos por mejorar en futuras salidas; después de esto nos despedimos y les agradecemos por su hospitalidad y retornamos hacia nuestras casas.

**Conclusiones:** la sesión de hoy fue un grato momento, ya que nos permitió compartir de una forma más íntima en la casa de la señora Blanca, una vez más notamos que son personas muy agradecidas, sencillas y con gran carisma. Si bien el apartamento es pequeño y carece de lo que llamarían algunos “lujos”, la actitud y la forma como nos recibieron y atendieron, da cuenta de la calidad humana que tienen, sin duda las personas humildes te enseñan que se puede compartir lo más pequeño y son abiertas sin misterios..... uno a veces se complica teniendo más..., incluso el esposo de la señora Blanca nos invitó para quedarnos a almorzar, pero por cuestiones de tiempo no pudimos aceptar.

Respecto a la señora Milena, el espacio sirvió para que nos contara varias cosas de su vida íntima que consideramos prudente no mencionarlas, pero evidenciamos en el relato cierto dolor, desahogo por contarlas, pero sobretodo fortaleza porque las ha podido superar.

Con relación a nosotros, al terminar de escribir estos relatos nos damos cuenta que hemos recorrido varios kilómetros juntos, además de compartir varias sesiones por Meet para discutir y elaborar las planeaciones y todos los aspectos de las salidas, que aunque no fueron perfectas y tienen seguramente aspectos por mejorar, siempre estuvieron encaminadas a cumplir con los objetivos del proyecto, que palabras más, palabras menos; era usar la bicicleta para ser más feliz; lo que consideramos logrado, dado que las señoras Blanca y Milena nos solicitaron que en la medida de lo posible y al margen del desarrollo del proyecto, sigamos al menos haciendo una salida por mes.

## Anexo C: entrevistas semiestructuradas

|  |   |   |
|--|---|---|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educativa de educadores</p> | <p align="center"><b>Facultad de Educación Física</b></p> <p align="center"><b>Licenciatura en Deporte</b></p> <p><u>Trabajo de grado:</u> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</p>  |   |
| <b>Ficha de presentación y caracterización de la entrevista semiestructurada</b>   |   |   |
| Lugar, fecha y hora de inicio  | 12/09/2021  | Entrevistado: Blanca Nubia Piamba Jiménez |
| Tutor  | Alejandro Villanueva Bustos   |   |
| Entrevistadores  | Carlos Andrés León Castañeda, Mayra Alejandra Moreno Lara, María Catalina Orozco Pino y Robinson Ferney Villabon Sánchez  |   |
| Rol u ocupación  | Estudiantes de Licenciatura en Deporte. Énfasis Social  |   |
| Problema de investigación  | ¿Cómo incide el biciturismo en la reconstrucción de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?  |   |
| Desarrollo de la entrevista  | <p>1. Entrevistador: ¿Cuál es su lugar de procedencia?<br/>Blanca: viví en el municipio de la Sierra hace 7 años atrás, salí desplazada del municipio llegue aquí a la ciudad siendo... ya conocía la ciudad anteriormente. Bueno usted sabe que todo cambia en la vida, a pesar de que ya había vivido acá y trabajado acá mmmmmm.. llega uno como nuevo a adaptarse nuevamente a la ciudad es un poco difícil, pero bueno; gracias a Dios lo hemos superado, eh soy bachiller, tuve la oportunidad de graduarme en el año 2014 , estudié en el Sena hice muchos cursos en el Sena, patronaje de ropa deportiva, falda, camisa, pantalón, estudié sistemas, hice 3 cursos de inglés.</p> <p>2. Entrevistador: ¿dónde queda el pueblo donde naciste?<br/>Blanca: el municipio la Sierra queda en Popayán-Cauca, o sea por la vía panamericana yendo para Pasto, usted llega a un pueblo que se llama Rosas Cauca y hay una cordillera, en esa cordillera queda el municipio la Sierra, ese pueblito ha tenido mucha mmm como le digo yo, hasta en las redes sociales ha estado eh estigmatizado por lo que ha tenido una falla geológica, entonces estuvo la alcaldía promoviendo para que colaboraran con mas proyectos, mas ayudas para que el pueblito no se terminara de derrumbar, porque llueve mucho entonces para que no se desaparezca, el pueblo es muy bonito, muy acogedor, la gente es muy acogedora.</p> <p>3. Entrevistador: ¿usted todavía va allá?</p> |   |

|  |
|--|
| <p>Blanca: sí, yo hace dos meses que llegue de allá, este año he viajado dos veces, ahorita hay buen medio de transporte, carretera, anteriormente no contábamos con eso, anteriormente no, era solo camino de herradura a caballo o en carro, cada ocho días que salía la gente a mercar.</p> <p>4. Entrevistador: ¿es víctima de conflicto armado?<br/>Blanca: Si, desplazamiento forzado por grupo guerrillero.</p> <p>5. Entrevistador: De acuerdo con su historia de vida, ¿qué significa para usted el conflicto armado?<br/>Blanca: Para mí el conflicto armado es un tema que a veces, como le digo yo; siente uno como mas o yo lo viví en carne propia cuando yo estaba en mi pueblo y al principio uno dice no, pues como ve la gente normal en el campo cree uno que todo el mundo es igual, pero cuando se dice de conflicto armado hay dos grupos que intervienen en el ámbito que uno está en el campo, por decir; yo tuve la oportunidad de vivir el conflicto armado con guerrilleros y paramilitares, en el cual se disputaban se puede decir así, territorios o el que más tenga poder en cosas ilícitas como es los cultivos ilícitos, vivir un conflicto armado es algo muy tenaz porque si tú no estás de un bando o si no estás en el otro siempre va haber ese temor de que uno no puede ser libre de decir bueno no participo aquí, o no participo allá, porque siempre vas a sufrir amenazas de una parte o de la otra parte.</p> <p>6. Entrevistador: ¿cuál es desde su perspectiva la forma que más ha perjudicado el conflicto armado a Colombia?<br/>Blanca: la sociedad yo creo y la libertad de uno estar en su entorno.</p> <p>7. Entrevistador: ¿Cuál era su ocupación en su lugar de procedencia antes de ser afectada directa o indirectamente por el conflicto armado?<br/>Blanca: Yo vivía con mis hermanos mi padre, vivía muy feliz se puede decir; hasta vivimos el conflicto armado el tiempo de..... pero; se vivía muy chévere se tenían sus animales, su ganado sus gallinas, sus caballos, sus cultivos; pero a raíz de todo eso tocó salir del campo huyendo de la violencia.</p> <p>8. Entrevistador: ¿Ha recibido acciones de reparación por parte del Estado colombiano?, ¿cuáles?<br/>Blanca: Sí. Indemnización y vivienda propia.</p> <p>9. Entrevistador: ¿Cree que las acciones recibidas le han ayudado con su reparación integral?<br/>Blanca: Uhhh... pues no del todo, pero pues en parte si ha ayudado.</p> <p>10. Entrevistador: ¿Cuáles acciones considera que se deben implementar</p> |
|--|

para que su reparación sea integral?

Blanca: Que los muchachos puedan tener una educación superior, porque ahorita es muy difícil porque ahorita nosotros los de escasos recursos se puede decir, porque nadie es pobre; es complicado un poquito el tema de la educación superior el acceso a las universidades es difícil y muchos jóvenes se nos han perdido en la drogadicción porque no han tenido como el apoyo del estado, se puede decir que les brinde esa oportunidad de seguir esas carreras superiores, porque el costo no está al alcance del bolsillo de nosotros, nosotros fuimos reparados pero esa reparación no suople con todas las necesidades que uno tiene.

11. Entrevistador: ¿Qué la motivó a trasladarse desde su lugar de procedencia al municipio de Soacha?

Blanca: Llegue directamente a Soacha, porque el papá de mis hijos vivía acá en Soacha, el vivía en una piecita en arriendo y yo llegue ahí, entonces cuando llegue acá fue duro el cambio, porque uno está acostumbrado, en el campo a sus anchas, por ejemplo con mis hijos, yo en ese tiempo vivía en Palmira, yo trabajaba en las labores de la casa, pero pues igual a mi me pagaban, o sea en si cuidaba a mis hijos y cuidaba la finca y recibía algo de subsidio para comer uno, vivía con un familiar y ella tenía una finca grande, entonces me decía acompáñeme aquí, y pues tenía mi comida mi dormida, que mas! La ropa usted sabe que uno la ropa la gente se la regala a uno y no hay problema, aquí vive uno en el encierro por lo menos el día domingo esta uno aquí en estas cuatro paredes, si sale a la calle bien, pero si no, es muy diferente el entorno es muy brusco para uno, en el campo uno está acostumbrado a andar por donde quiera y no hay tanto peligro.

12. Entrevistador: ¿Soacha es un buen lugar para vivir?

Blanca: No, a mí sí me gustaría salir de acá de Soacha. Me gustaría que mis hijos vivieran en otra ciudad, en otro país. Mi hijo ya se graduó y no ha conseguido trabajo, no pudo continuar en la universidad por temas económicos, yo no tengo un trabajo estable y no lo puedo ayudar.

13. Entrevistador: ¿viviendo aquí en Soacha ¿ha sentido discriminación, segregación, le han cerrado las puertas?

Blanca: me he sentido más bien privilegiada porque gracias a dios donde he llegado he tocado puertas y me las han abierto, no les ha importado si soy víctima o no. A mí cuando me dijeron para las victimas hay, en el Sena pueden aprender a coser, pueden aprender hacer panadería, hay diferentes cursos, a mi me ofrecieron varios y yo dije los tomo todos, que costura, que inglés, que informática, que manipulación de alimentos, me faltó hacer el de repostería. Aunque usted me dice prepáreme esto, yo se lo preparo. Uno tiene que decir, bueno voy a seguir adelante, ya me pasó, enfocarse a lo que viene, de ahora en adelante.

|   |
|---|
| <p>14. Entrevistador: ¿Conoce sitios de interés cultural, deportivo y social en el municipio de Soacha?, ¿cuáles?<br/>Blanca: Ummm, no he explorado mucho porque la verdad no he tenido la oportunidad de explorarlos.</p> <p>15. Entrevistador: ¿Conoce sitios de interés cultural, deportivo y social en Bogotá y sus alrededores?, ¿cuáles?<br/>Blanca: No, en Bogotá sólo he ido al centro.</p> <p>16. Entrevistador: ¿a qué se dedica actualmente?<br/>Blanca: en estos momentos soy operaria de maquina plana, yo trabajo hago overoles ropa de trabajo, yo sé confeccionar de todo.</p> <p>17. Entrevistador: ¿con alguna empresa?<br/>Blanca: no es con una amiga, es con un satélite pequeñito de tres personas y pues trabajo ahí con ella, trabajo al destajo que llaman, no tengo prestaciones sociales.</p> <p>18. Entrevistador: ¿cómo es el horario?<br/>Blanca: yo manejo mi propio horario, yo puedo llegar a las 9 a.m y dependiendo de mi agilidad y del trabajo. De lunes a sábado.</p> <p>19. Entrevistador: ¿cuánto es la distancia que tiene que desplazarse?<br/>Blanca: Corta, en bicicleta, me encanta andar en bicicleta.</p> <p>20. Entrevistador: ¿hace cuanto que vive en Bogotá?<br/>Blanca: yo estoy acá desde el 2007.</p> <p>21. Entrevistador: ¿cómo se compone tu núcleo familiar?<br/>Blanca: aquí en mi casa viven, mis dos hijos, el papá de mis hijos el perro el gato y aquí el entorno, pues hay gente muy humanitaria.</p> <p>22. Entrevistador: ¿qué siente usted que perdió al tener que cambiar de hogar?<br/>Blanca: la libertad, la libertad de estar uno a sus anchas, porque aquí si tenemos libertad pero limitada, porque uno listo sale del apartamento pero no sabe que va a pasar en la calle, como me ha pasado muchas veces.</p> <p>23. Entrevistador: debe ser duro porque uno no llega a sentir la misma propiedad el mismo amor que le siente a su tierra.<br/>Blanca: Así es y la familia que me dice, los hermanos, los tíos, los que viven allá, uno extraña eso. No crea que uno aquí tiene sus hijos, por lo menos yo tengo mis hijos, pero hay días que uno se siente solo.</p> |
|---|

24. Entrevistador: ¿toda su familia quedo allá en el Cauca?

Blanca: otros salieron también, hay un hermano que vive en Medellín, en Arauca. Pero no crea uno extraña mucho los que se quedan allá. El campo es campo y que en la ciudad todo es comprado, en el campo no, algunas cosas compra uno, el aceite, el arroz, la sal. El campo en cuestiones agrícolas le va a proveer lo que uno quiera, incluso la carne, en mi caso allá en la finca hay dos ríos, va y pesca y ya.

25. Entrevistador: ¿usted valido al bachillerato acá?

Blanca: yo validé, pero póngale cuidado que a mí no me toco hacer, ni repetir tercero, ni cuarto, ni quinto, tres años que me los hicieron en sexto, me hicieron una evaluación ese día, eso fue aquí en Soacha, en un colegio para adultos, resulta que yo duré como 15 días en primaria, porque yo iba a hacer de primero a quinto y duré como tres domingos, no miento sábados; porque estudiábamos de 7 a.m a 2 p.m y los profesores me preguntaron si yo tenía certificados de primaria y yo dije que no, entonces ellos dijeron que me inscribieran para primaria. Cuando empecé los tres primeros sábados ellos se dieron cuenta que yo estaba muy avanza me hicieron una evaluación de español, matemáticas y como tres o cuatro materias que son principales y saqué 100 en cada materia y siempre fui la número 1 de cada curso y me gradué con honores de bachillerato.

26. Entrevistador: ¿cuántos hermanos tiene Blanca?

Blanca: 8 hermanos, 4 mujeres y 4 hombres, yo estoy en medio de los mayores y los menores.

27. Entrevistador: ¿están repartidos en varias zonas?

Blanca: si están en Arauca, Medellín y en el Cauca. Aquí en Bogotá vive otra hermana. Mis hermanos somos muy unidos, a pesar de que estamos lejos, somos muy unidos en todo, o sea que si alguno necesita alguna ayuda, ahí están los otros hermanos, somos muy unidos a pesar que no vivimos juntos estamos muy pendientes el uno del otro, lo llaman a uno.

28. Entrevistador: ¿desde qué año ha tenido experiencia con la bicicleta?

Blanca: Ese era mi sueño desde niña, tener una bicicleta propia, pero pues cuando ya empecé a trabajar por mi propia cuenta siempre tuve una bicicleta y ese fue mi gusto desde niña, montar en bicicleta y ahorita es mi medio de transporte, para donde quiera que vaya siempre ando en bicicleta.

29. Entrevistador: ¿qué siente cuando se monta en la bicicleta?

Blanca: Una adrenalina, una alegría, eso es como algo...no sé..... libertad. Uno se acostumbra a andar en bicicleta es como la herramienta de trabajo de uno.


|  |  |
|--|--|
|  | <p>30. Entrevistador: ¿en qué momento aprendió a montar en bicicleta, fue traumático?</p> <p>Blanca; Les voy a contar una anécdota que me pasó con una bicicleta, yo trabajaba en Palmira en una casa de familia y el patrón tenía una bicicleta de carreras y a mí siempre me mandaban por las mañanas a una trayecto como de aquí al parque de Soacha y ese día me dio pereza irme caminando o en el colectivo, vaya traiga los tamales a la plaza de mercado y ellos como estaban durmiendo, yo me tomé prestada la bicicleta sin decirles a ellos y me fui a comprar los dichosos tamales y me accidenté, una buseta me dio en la parte de atrás de la bicicleta y me botó, la bicicleta quedó colgada de un árbol, se me rajo la pierna. Yo llegué a la casa, entre la bicicleta y yo mirando que no le hubiera pasado nada a la bicicleta, porque imagínese me tocaba pagarle el arreglo, por tomarla sin permiso y bueno gracias a Dios no le pasó nada a la bicicleta, llegué y la colgué de nuevo a donde estaba, la lavé las llantas para que no quedara rastro de que la había tomado y con la pierna el zapato encharcado en sangre y me saqué la sudadera y cuando veo la pequeña herida de lado a lado y que me tocó decirle una mentira al patrón y me arrepentí y le dije la verdad..... Me llevaron a hacerme la curación y me cogieron puntos y el no me dijo nada, la bicicleta es lo de menos, la próxima vez dígame que va a ir en bicicleta para acompañarla o algo, en ese tiempo yo era una niña tendría como 15 años. Mi fiebre siempre de montar en bicicleta, donde veía una bicicleta me quería montar. Mi tío tenía una panadera, era la bicicleta de la esposa, yo trabaja en Palmira en ese tiempo tenía como 17 años y yo le decía, ay! Tío, será que me puede prestar la bicicleta, no, es que es de mi esposa, y me prestaba la de él que era más grande. Para aprender yo lo hice en un triciclo de niños, imagínese yo bien alta, me lanzaba loma abajo y con los pies frenaba.</p> <p>31. Entrevistador: aparte de la bicicleta, ¿ha practicado otro deporte?</p> <p>Blanca: cuando tenía la edad de 10 años jugaba microfútbol femenino y fui la capitana del equipo.</p> <p>32. Entrevistador: ¿cuál es su mayor sueño?</p> <p>Blanca: jajajajaja... yo tengo varios, a nivel personal me gustaría ir a conocer Machu Picchu, así sea ha tirarme allá en el pastal, ese ha sido mi sueño porque yo amo la naturaleza, a mi me encanta la naturaleza, me encanta ver las montañas y mi otro sueño ver a mis hijos ya hechos unos seres independientes, profesionales, yo lamentablemente no pude lograrlo, a la edad de 9 años perdí a mi madre y si me hubiera gustado tener una carrera, hacer una carrera.</p> <p>33. Entrevistador: ¿qué carrera?</p> <p>Blanca: A mí me hubiese gustado ser ingeniera industrial, eso me gustaba mucho, me gusta otra carrera frustrada por lo que no pude estudiar fue</p> |
|--|--|



trabajar en el ejercito, sin mentirles yo fui al batallón, yo amo las fuerzas militares, no me importa lo que digan de ellas, mis hermanos son militares, si yo hubiese sido hombre seria el militar mas tremendo, mi abuelo fue militar y yo no lo sabía hasta hace poco, hasta ahora que fui a Cauca me enteré que fue militar, y quise que alguno de mis hijos se inclinaran por ser militar y no. De pronto uno de mis nietos me de ese gusto, yo soñaba ver a una de mis hijas vestida con ese uniforme yo si fue porque no tenía el estudio, yo fui al batallón averigüé y me dijeron al menos tiene noveno de bachiller y yo ni siquiera había hecho tercero de primaria porque yo salí muy niña a trabajar.

34. Entrevistador: ¿qué opina del proyecto?

Blanca: Chévere pues que profesores de reconocidas universidades lo tengan en cuenta a uno para hacer estos proyectos bonitos, hay chicos que están estudiando en la universidad, pero no se enfocan en personas como nosotros, de pronto van hacia el norte, pero así con uno casi no.... Un proyecto muy bonito y ojalá sigamos en contacto.

|   |   |                               |
|---|---|-------------------------------|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA<br/>NACIONAL<br/><i>Educadora de educadores</i></p> | <p align="center"><b>Facultad de Educación Física</b></p> <p align="center"><b>Licenciatura en Deporte</b></p> <p><u>Trabajo de grado:</u> El biculturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</p>   |                               |
| <b>Ficha de presentación y caracterización de la entrevista semiestructurada</b>  |   |                               |
| Lugar, fecha y hora de inicio   | 12/09/2021  | Entrevistado: Milena Cárdenas |
| Tutor   | Alejandro Villanueva Bustos   |                               |
| Entrevistadores   | Carlos Andrés León Castañeda, Mayra Alejandra Moreno Lara, María Catalina Orozco Pino y Robinson Ferney Villabon Sánchez  |                               |
| Rol u ocupación   | Estudiantes de Licenciatura en Deporte. Énfasis Social  |                               |
| Problema de investigación   | ¿Cómo incide el biculturismo en la reconstrucción de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?   |                               |
| Desarrollo de la entrevista   | <p>1. Entrevistador: ¿cuál es su lugar de procedencia?<br/>Milena: Yo vengo de Santa Ana Boyacá, es un pueblo muy bonito es panelero.</p> <p>2. Entrevistador: ¿es víctima de conflicto armado?, ¿ha recibido algún apoyo del estado para mejorar su calidad de vida?<br/>Milena: Directamente no, me mataron un tío.</p> <p>3. Entrevistador: De acuerdo con su historia de vida, ¿qué significa para usted el conflicto armado?<br/>Milena: Yo personalmente no he vivido el conflicto armado directamente, pero si me parece muy duro que a las personas las saquen de sus casas a la media noche que los maten porque simplemente no están de acuerdo con algo, o simplemente porque se cruzaron los malos por el camino de ellos, simplemente por el hecho de estar ahí; y les arrebatan su vida, sus propiedades su dignidad de todo.</p> <p>4. Entrevistador: ¿cuál es desde su perspectiva la forma que más ha perjudicado el conflicto armado a Colombia?<br/>Milena: denigrar a la gente, porque está el campesino en su parcela sin hacerle daño a nadie y llega x cantidad de gente armada a desalojarlos de su vivienda, quitarles su dignidad aparte de sus posesiones que eso se recupera, pero su dignidad, porque es gente que de verdad ha vivido y ha crecido en el campo que ama la tierra y llega como dicen ellos a este mundo de cemento, pues es duro, aparte de que les matan les violan.</p> <p>5. Entrevistador: ¿Cuál era su ocupación en su lugar de procedencia</p> |                               |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>antes de ser afectada directa o indirectamente por el conflicto armado?</p> <p>Milena: A mí me trajeron pequeña del campo, entonces vine aquí a la ciudad y fue un cambio brusco para mí a pesar de que era tan pequeña porque uno en el campo veía a alguien y uno saludaba, aquí en la ciudad uno saluda y la gente lo mira mal; entonces para mí cuando llegué acá a la ciudad fue un cambio un poco brusco, porque uno está enseñado a que iba bajando y adiós, chao, buenos días... acá uno saludaba a alguien y está loco.</p> <p>6. Entrevistador: ¿Qué la motivó a trasladarse desde su lugar de procedencia al municipio de Soacha?</p> <p>Milena: Yo viví durante mucho tiempo en Bogotá, en Bosa y me trasladé para Soacha porque pude comprar mi apartamento y estoy pagando mi apartamento y ese fue el motivo, que me trasladé de Bogotá a Soacha actualmente.</p> <p>7. Entrevistador: ¿Soacha es un buen lugar para vivir?</p> <p>Milena: yo que le digo de Soacha, está un poco estigmatizada y aquí actualmente es el llegadero de mucha gente de todos lados, empezando por lamentablemente suena feo pero, llegan los paracos, los guerrilleros, los desplazados, los venezolanos, ahorita hay mucha migración de Venezuela, Soacha es bonito tiene sus cosas buenas y sus cosas malas; no hay oportunidades ni en Soacha ni en Colombia hoy en día para los muchachos, salen del colegio a mirar pal techo porque no hay posibilidades de un estudio, irme de Soacha no tampoco y tampoco quisiera irme de Colombia, a mí me gustaría devolverme al campo. Mis hijos si quieren irse del país. Yo digo que Colombia a pesar de todos sus problemas es un buen vivero, siempre ha estado mal administrado, eso es lo que más nos han quitado la dignidad.</p> <p>8. Entrevistador: ¿Siente algún tipo de estigmatización al vivir en Soacha, siendo de otra parte del país?</p> <p>Milena: Si hay veces la gente tiende a tachar que todas las personas que vivimos en Soacha o somos ñeros o somos ladrones o somos marihuaneros y no, acá en Soacha así como hay lugares muy bonitos, hay gente muy buena gente trabajadora y no tiene porque juzgar del lugar que sea.</p> <p>9. Entrevistador: ¿Conoce sitios de interés cultural, deportivo y social en el municipio de Soacha?, ¿cuáles?</p> <p>Milena: Ahorita yo que vivo en Soacha hay varios sitios para hacer ciclismo y también a ver aves hay unos humedales que a pesar que el gobierno los tiene descuidados, hay unos humedales que uno los puede ir a ver, muy bonitos y también avistamiento de varias aves.</p> |
|--|---|

10. Entrevistador: ¿Conoce sitios de interés cultural, deportivo y social en Bogotá y sus alrededores?, ¿cuáles?

Milena: en Bogotá, pues en Bogotá hay bastantes, está el Parque Simón Bolívar, está para subir a Monserrate, hay muchas ciclorutas, ciclovías.

11. Entrevistador: ¿a qué se dedica actualmente?

Milena: me dedico a máquina y fileteadora, tengo un satélite en la casa y una microempresa de fabricación de coladores de café en tela y alambre.

12. Entrevistador: ¿usted estudió acá en Bogotá?

Milena: cuando yo quedé embarazada de mi hija estaba en séptimo y dejé de estudiar, porque me dio pena ir al colegio con la barriga. Yo no quise volver al colegio y cuando mis papás se enteraron que yo estaba embarazada, mi mamá me dijo algo y antes de que se enterara el anciano, paticas pa que te tengo y me fui de la casa y pues ahí ya me dediqué a criar a mi hija y a trabajar y a ser mujer maltratada por el marido y después ya cuando ya me quedé sola con el otro niño, decidí entrar a estudiar a la nocturna, hice séptimo y octavo en la nocturna y me retiré y ya me fui a vivir con mi compañero actual y volví a estudiar a la nocturna a noveno, pero entonces a mi esposo no le gusto mucho porque yo salía a trabajar a las 5 a.m y llegaba de estudiar a las 11 de la noche y él me dijo que buscara otra manera de estudiar porque el bebé estaba pequeño y así no aguantaba el trote. Entonces entre a validar décimo y once en un instituto y me gradué en el 2012 e intenté hacer un curso en el Politécnico, pero volvemos al mismo tema del horario, salimos a las 5 a.m y volvemos a las 11 de la noche y el cuerpo me pasó factura, me empecé a enfermar y entonces no pude seguir estudiando.

13. Entrevistador: ¿tu esposo actual no es el papá de tus dos hijos mayores?

Milena: no, él es el papá del niño chiquito y es el papá de crianza de los otros dos. Para mis hijos el papá es Jaime y no Raúl.

14. Entrevistador: ¿tiene contacto con Raúl?

Milena: no, la última vez que lo llamé va hacer hace dos años, que fue cuando mi hijo se fue para el ejército y llamé para decirle que el niño se había ido para el ejército, a mi me parece algo importante y papá es papá y se supone que debería de alegrarse y su respuesta fue el día que tenga la prueba de ADN hablamos y hace dos meses después de tanto rogarle a mi hijo que se la hiciera, porque él no quería; yo le dije hágala y la hizo y pues el señor Raúl esperaba que eso saliera negativo, pero no salió; salió el 99.9% de que es el hijo, yo estaba segura 100%, el niño si no quería por orgullo, él no quería hacérsela; yo le dije hágala para que dejen de mancillar mi nombre, porque mi nombre está por el piso; yo le dije hágala y como salió positiva ni más, él no ha vuelto a llamarlo, ayer cumplió 21

años y me imagino que ni se acordó del chinito. Porque hoy en día es un señor que tiene plata y no quiere darles ni un peso a los hijos, la cuota que les daba a mis hijos por obligación era de cien mil pesos. Él no sabe que era ir a una reunión, no sabe que era curarle una herida al niño; no sabe nada.

15. Entrevistador: ¿son los únicos hijos que él tiene?

Milena: No, tiene más hijos, ha estado casado con diferentes mujeres pero terminan separándose de él y con cada una tiene hijos. Actualmente él tiene dinero y mi hijo no debería estar trabajando turnos de 24 horas para ayudarse a mantener, si no estudiando en una buena universidad, si el papá lo apoyara. Yo les enseñé a mis hijos a trabajar y a ser independientes para que no dependieran de él y de mi parte les he dado lo que he podido. Ellos respetan mucho al padrastro y le dicen papi.

16. Entrevistador: ¿cuántos hermanos tiene?

Milena: somos cinco, yo soy la segunda. Mi hermano mayor tiene 43 años, yo tengo 40, mi otra hermana tiene 39, la otra tiene 36 y la niña de la casa tiene 26.

17. Entrevistador: ¿todos están acá en Bogotá?

Milena: todos estamos acá en Bogotá y ahorita mi hermano William por trabajo está en el llano, está en Casanare en una empresa de aceites. Él es el único que tiene estudios, no mentiras la pequeña está estudiando a distancia porque tiene una hija y esposo y se le dificulta estudiar presencial, pero ya ahorita casi se gradúa de psicóloga. Nosotros no somos los más unidos, pero tampoco somos los más desunidos, no somos de estar metidos en las casas de los demás, pero cuando se necesita ayuda ahí estamos. Como vivimos acá en Bogotá, yo tengo una hermana que vive acá en Soacha, con la chiquita si nos hablamos casi todos los días.

18. Entrevistador: ¿Realiza algún tipo de actividad física de forma frecuente?, ¿cuál?

Milena: La bicicleta, la actividad más frecuente es montar bicicleta.

19. Entrevistador: ¿en qué momento aprendiste a montar en bicicleta, fue traumático?

Milena: en mi casa hubo bicicleta hasta que mi hermano mayor cumplió 15, le regalaron una cicla que le duró como un mes y en ese mes yo me subí como dos veces y me metí una caída que todavía tengo la cicatriz, me pelé los codos y ahí aprendí y ya después con la de los vecinos montaba. En mi casa si hubo discriminación con eso, la bicicleta era para los hombres; mi mamá siempre escoge más a sus dos hombres que a los mujeres. Por mi parte yo transportaba a mis dos hijos en la cicla, ahí andaba con ellos para arriba y para abajo, en ese tiempo vivía en Suba. Yo

me subo en la bicicleta y me siento libre..... me encanta.

20. Entrevistador: aparte de la bicicleta, ¿ha practicado otro deporte?

Milena: yo cuando era chica jugaba fútbol y era arquera. En el colegio me metía en todos los deportes que había, pero en el que mejor me va es con la bicicleta.


21. Entrevistador: ¿cuál es su mayor sueño?

Milena: mi mayor sueño es conocer Machu Picchu. Mi sueño a largo plazo es tener mi propia finca para irme a vivir y para cultivar.

22. Entrevistador: ¿qué opina del proyecto?

Milena: a mí me encanta, llegué al proyecto por casualidad cosas de Dios. Nos han enseñado las normas de tránsito, las partes de la bicicleta que uno las ve ahí pero no se las sabe técnicamente.

## Anexo D: entrevistas estructuradas

|  |   |   |
|--|---|---|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGOGICA NACIONAL<br/>Educadora de educadores</p> | <p align="center"><b>Facultad de Educación Física</b></p> <p align="center"><b>Licenciatura en Deporte</b></p> <p><u>Trabajo de grado:</u> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</p>  |   |
| <b>Ficha de presentación y caracterización de la entrevista estructurada</b>   |   |   |
| Lugar, fecha y hora de inicio  | 31/10/2021  | Entrevistado: Blanca Nubia Piamba Jiménez |
| Tutor  | Alejandro Villanueva Bustos   |   |
| Entrevistadores  | Carlos Andrés León Castañeda, Mayra Alejandra Moreno Lara, María Catalina Orozco Pino y Robinson Ferney Villabon Sánchez  |   |
| Rol u ocupación  | Estudiantes de Licenciatura en Deporte. Énfasis Social  |   |
| Problema de investigación  | ¿Cómo incide el biciturismo en la reconstrucción de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?  |   |
| Preguntas  | <p>1. Entrevistador: ¿Cree que la forma como los investigadores del proyecto les explicaron los temas mecánicos de la bicicleta y las normas de tránsito, fue acorde?, ¿Qué mejoras cree que se pueden hacer?</p> <p>Blanca: La verdad, en la primera actividad no pude participar porque estaba fuera de la ciudad, después me las explicaron y bien.</p> <p>2. Entrevistador: ¿Conocer diferentes sitios de interés cultural, educativo e histórico mediante desplazamientos en bicicleta, modificó en usted algunas actitudes como persona?, ¿Cuáles y porque cree que se dio ese cambio?</p> <p>Blanca: Para mí con las actividades que hemos hecho con ustedes se modificó el sedentarismo, uno está acostumbrado a solo estar trabajar, trabajar, trabajar y de pronto no tiene el tiempo de salir compartir con los amigos, desplazarse a sitios donde supuestamente uno cree que no existían pero si existen, vivir el aire libre, estar si, se siente como la paz, la libertad de uno salir y expresar lo que siente a través de una bicicleta es como la adrenalina, darse uno un fresquito.</p> <p>3. Entrevistador: ¿Considera que la actividad física al aire libre es apta para mejorar la salud física y mental en época de pandemia?</p> <p>Blanca: Uffff 100% claro, uy! No, lo que fue la pandemia estar uno encerrado, créame que yo me estaba volviendo loca pues porque estoy acostumbrada a todos los días a salir en la bicicleta así fuera al sitio de trabajo la verdad eso es para enloquecerse uno y qué pasa? Que uno empieza a crear conflicto en la casa y pues de estar con tanto encierro, la</p> |   |

tensión se acumula en cambio en la bicicleta tú descargas todo ese estrés, todo, todo lo que tiene que ver con trabajo, con el ajeteo de la casa eso es lo mejor que puede haber.

4. Entrevistador: Si le pidieran que explicara en pocas palabras el objetivo del proyecto, como lo haría?

Blanca: Que me parece excelente el proyecto que han estado haciendo ustedes porque no había tenido la oportunidad en otra parte, ni en otro municipio, no en otro lado este proyecto tan maravilloso de acoger a personas, no importa ni la edad, y si eres desplazado o si eres x personas no, no vi ni sexo, ni religión, ni color de piel, no hay barreras, desde el mas chiquitin hasta el más grande puede hacer el proyecto y pues me parece excelente y lo apoyaría al 100 por ciento y me gustaría que lo siguieran haciendo no solamente ustedes profes sino que continuaran el proyecto, porque eso es muy bueno para nuestros hijos, mis nietos que vendrán en camino, porque tarde o temprano van a llegar los nietos. Lo recomendaría.

5. Entrevistador: Realice un listado de enseñanzas que le dejó la participación en el proyecto.

Blanca: Enseñanzas, que no hay barreras primero que todo, ni siquiera el estado físico de las personas mmm el amor por lo que haces, el compañerismo, tú te sientes mmm cuando sales en grupo te sientes como que estas respaldado, seguro, libertad yo digo que libertad completa tú sientes que nadie ni nada te puede detener hacer algo que tú quieres hacer.

6. Entrevistador: ¿Qué aspectos cree se deben mejorar, si esta propuesta se fuera a aplicar en otra zona de Soacha?

Blanca: De pronto que la gente se uniera mas a la actividad, sí que se animaran más personas no solamente ni cuatro ni cinco personas, que fuera comunidad o sea bastantes personas no mínimo sino un volumen grande.

7. Entrevistador: Cree usted que usar de forma frecuente la bicicleta le genera empoderamiento?, ¿porqué?

Blanca: Siiiiii, por lo menos yo me monto a una bicicleta y yo me siento yo misma, libre tú eres la blanca que yo necesito.


8. Entrevistador: ¿Qué comprende por el término identidad?

Blanca: Identidad es como lo que tú eres, para mí es como lo que yo soy me identifico que soy una persona libre, que puedo hacer lo que quiera, no tengo no tengo barreras.

9. Entrevistador: ¿Cree usted que las actividades en bicicleta influyen en su identidad?

Blanca: Si claro montar una bicicleta tú te sientes como ese libre, que nadie te va a detener hacer lo que tú quieres.




|  |  |                               |
|--|--|-------------------------------|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL<br/>Educadora de Educadores</p> | <b>Facultad de Educación Física</b><br><b>Licenciatura en Deporte</b><br><u>Trabajo de grado:</u> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.  |                               |
| <b>Ficha de presentación y caracterización de la entrevista estructurada</b>   |  |                               |
| Lugar, fecha y hora de inicio  | 31/10/2021   | Entrevistado: Milena Cárdenas |
| Tutor  | Alejandro Villanueva Bustos  |                               |
| Entrevistadores  | Carlos Andrés León Castañeda, Mayra Alejandra Moreno Lara, María Catalina Orozco Pino y Robinson Ferney Villabon Sánchez   |                               |
| Rol u ocupación  | Estudiantes de Licenciatura en Deporte. Énfasis Social   |                               |
| Problema de investigación  | ¿Cómo incide el biciturismo en la reconstrucción de identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha, departamento de Cundinamarca?   |                               |
| Preguntas  | <p>1. Entrevistador: ¿Cree que la forma como los investigadores del proyecto les explicaron los temas mecánicos de la bicicleta y las normas de tránsito, fue acorde?, ¿Qué mejoras cree que se pueden hacer?</p> <p>Milena: Si, si, si, fueron bastante claros con las partes de la bicicletas, con las señales de tránsito. Si enseñaron.</p> <p>2. Entrevistador: ¿Conocer diferentes sitios de interés cultural, educativo e histórico mediante desplazamientos en bicicleta, modificó en usted algunas actitudes como persona?, ¿Cuáles y porque cree que se dio ese cambio?</p> <p>Milena: Realmente, modificarme no; afianzarme de pronto, porque igual a mí sí me encanta la naturaleza y hemos tenido la oportunidad de ir a lugares con la naturaleza, no sólo a la ciudad; entonces afianza más lo que a mí como persona me gusta que es el campo, la naturaleza y el miedo a la ciudad; no, si, tener cuidado; un poquito de confianza en la vía que ya uno con el tiempo se vuelve como más temeroso, antes era más temeraria, ahora soy temerosa.</p> <p>3. Entrevistador: ¿Considera que la actividad física al aire libre es apta para mejorar la salud física y mental en época de pandemia?</p> <p>Milena: ¡Uy!, si es indispensable ese encierro vuelve loco a cualquiera, hasta la persona que vive habitualmente encerrada le hace falta la salida, eso de estar encerrado es durísimo, definitivamente si hay hacer que actividad física al aire libre, si hay que salir. Para mejorar.</p> <p>4. Entrevistador: Si le pidieran que explicara en pocas palabras el</p> |                               |

|  |   |
|--|---|
|  | <p>objetivo del proyecto, como lo haría?</p> <p>Milena: Me pareció muy bueno en el aspecto de que uno socializa con personas diferentes, no en el aspecto de pronto físico sino cultural, he de diferentes edades, no es algo que clasifiquen a usted tiene tanta edad entonces va para otro grupo, no; acá nos reunimos personas jóvenes, como personas de ciertas edades, no todas tenemos la misma edad y eso ha sido bastante diferente en el grupo de señoras hay dos chicos, entonces trata uno con más jóvenes y me parece interesante es muy bueno que siguiera un proyecto así, que la gente en verdad cumpla, que vaya porque los profes hacen un esfuerzo grande de desplazarse desde los lugares de vivienda hasta acá hasta Soacha y pues no les han como contribuido con acompañamiento todos los inscritos inicialmente, entonces eso me pareció maluco por eso lado; pero el resto súper bueno, súper chévere, no la hemos gozado las salidas, los paseos que hemos hecho.</p> <p>5. Entrevistador: Realice un listado de enseñanzas que le dejó la participación en el proyecto.</p> <p>Milena: Uhhh... dedicarse uno tiempo a uno mismo como persona, compartir con diferentes personas, conocer más a profundidad los lugares cerca de donde uno vive, parques caminatas senderos..... Libertad, para mí el proyecto fue algo de libertad porque pues uno no sale de su casa yo trabajo en mi casa y vivo veinticuatro siete en la casa.... Entonces fue sinónimo de libertad para mí salir.</p> <p>6. Entrevistador: ¿Qué aspectos cree se deben mejorar, si esta propuesta se fuera a aplicar en otra zona de Soacha?</p> <p>Milena: De parte de los profes ellos no deben mejorar nada, ellos han hecho un excelente trabajo, sería bueno de pronto en el momento en que se inscriba la gente, pedirles más compromiso, si que se comprometan, de que bueno listo, uno entiende de que yo al principio fui clara y les dije que cada ocho días no iba a poder, pero si cada quince días, cada veinte días; entonces si ya uno se compromete a eso cumplirlo, eso sería bueno que fueran de pronto en el momento de la primer reunión aclararle a las personas que se inscriban que por favor sean cumplidos para haya más gente.</p> <p>7. Entrevistador: Cree usted que usar de forma frecuente la bicicleta le genera empoderamiento?, ¿porqué?</p> <p>Milena: Si, si, claro uno siente seguro, libre, he.... como con fuerza.... como yo y el mundo y nada más en mi bicicleta, uff.... Difícil de explicarlo con palabras lo que siento cuando me subo a ella, pero es liberador.</p> <p>8. Entrevistador: ¿Qué comprende por el término identidad?</p> <p>Milena: la identidad, para las mujeres víctimas del conflicto o para</p> |
|--|---|

---

|  |  |
|--|--|
|  | <p>nosotras las mujeres amas de casa, es identificarnos con nosotras mismas y salir de la monotonía y ser empoderadas, para poder tener nuestra propia identidad y no vivir bajo la sombra de lo que nos ha pasado o del esposo o de otras personas.</p> <p>9. Entrevistador: ¿Cree usted que las actividades en bicicleta influyen en su identidad?</p> <p>Milena: Si, porque es liberador porque nos da como esa libertad de no, ay no puedo salir porque tengo que quedarme cocinando, lavando, planchando etc, sino yo como mujer quiero salir a hacer algo para mí y por mí, entonces ese es mi concepto.</p> |
|--|--|

## Anexo E: diarios reflexivos

|  |   |
|--|---|
|  <p>UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA<br/>NACIONAL<br/><i>Educadora de educadores</i></p>  | <p><b>Universidad Pedagógica Nacional</b><br/><b>Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte</b><br/><b>Énfasis Social - Diario de Campo Reflexivo</b></p> |
| <p><b>Trabajo de grado:</b> El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.</p>  |   |
| <p><b>Realizado por:</b> Blanca Nubia Piamba Jiménez</p>   |   |
| <p><b>Relato</b></p>   |   |
| <p><u>Salida a Canoas</u><br/>Mi experiencia física: sentí un poco de cansancio al subir el cerro y la respiración fue complicada, <b>camine lento pero lo logré con el apoyo de los profesores y de mis compañeros.</b></p>   |   |
| <p>Emocional: Me sentí libre, <b>respirar aire libre, mirar los paisajes, compartir onces, las risas las charlas etc. Te hace sentir joven, libre del trabajo y el estrés.</b></p>   |   |
| <p><u>Salida a Chicaque</u><br/>El recorrido un poco más largo, <b>montar en bicicleta es emocionante, al subir las montañas camine un poco pero al bajar sentí la adrenalina de la velocidad que tu coges al bajar, mi respiración afectada un poco pero lo logré.</b></p>  |   |
| <p>Emocional: <b>Me encantó ver los paisajes en compañía de mis amigos y los profes excelentes compañeros, atentos a cualquier novedad que suceda a algunos de nosotros.</b></p>   |   |
| <p><u>Salida a Sibaté</u><br/>Física: el recorrido mucho más largo. A la entrada de Sibaté nos devolvieron porque no llevábamos casco y tomamos otra ruta pero llegamos al destino, siempre se me dificulta la respiración al subir las lomas soy como la más quedada del grupo jejejeje.</p>  |   |
| <p>Emocional: <b>Me siento feliz cada salida con el grupo charlamos, reímos, compartimos onces, vemos paisajes, animales, personas que también hacen deporte es muy agradable, sobre todo los profes siempre están atentos a cualquier suceso, son muy buenos compañeros de ruta y lo mejor las fotos para recordar.</b></p>   |   |
| <p><u>Salida a Monserrate</u><br/>Física: muy duro para mí por mi falta de aire, tardamos más de lo que normalmente sube una persona, sentí náuseas y dolor de cabeza <b>pero con la ayuda de los profes Mayra, Carlos, Robin y Catalina. Me dieron un empujoncito para subir, descansábamos más que caminar. Lo logré gracias a su mayor esfuerzo y dedicación para ayudarme, se les quiere mucho, los mejores.</b></p> |   |

Emocional: Cuando llegue a la cima me sentí libre y con la convicción de que querer es poder, así no tenga una salud buena. Lo mejor de todo es sentir ese cariño y amor por lo que hacen y practican, los profesores quiero decirles que cuando ingrese al grupo me siento en familia. Siempre se destacan por ser los mejores, se les quiere un resto.

#### Salida al humedal Chucuita

Física: el terreno más plano no sentí cansancio hicimos onces como siempre, subimos una pequeña montaña, dos de las compañeras se espinaron con cactus, el profe Robin como siempre el líder de nosotros y el enfermero jejejejeje.

Emocional: lo mejor subirme a mi caballito de acero, en la mejor compañía los del grupo jejeje sentir de nuevo esa libertad de hacer lo que me gusta, ejercicio y mi pasión pedalear.



**Universidad Pedagógica Nacional**  
**Facultad de Educación Física - Licenciatura en Deporte**  
**Énfasis Social - Diario de Campo Reflexivo**

**Trabajo de grado:** El biciturismo como deporte social para la resignificación de la identidad en mujeres víctimas del conflicto armado que residen en el barrio Torrentes del municipio de Soacha.

**Realizado por:** Milena Cárdenas

### Relato

En la primera salida que fue a canoas un lugar acá en Soacha, fue algo nuevo para mi, ir con personas ajenas a mi familia, pues poco salgo de mi casa, aunque en esa oportunidad iba mi hija, los profesores muy atentos a nosotros por cualquier cosa (se me cayó la cadena) y mi hija que apenas estaba aprendiendo también tuvo caídas.

La segunda ya fuimos más lejos, tenía mas desafío por la distancia y las subidas, para mi es liberador cada salida, eso es para mí la bici, fue una experiencia divertida, compartimos muy agradable.

La salida hasta Sibaté fue más desafiante, mas lejos pero muy liberador, me sentí bien tan divertida que no sentí lo lejos.

La salida a ciudad verde fue enseñanzas y diversión, libertad, me sentía cada vez más integrada al grupo, lindas experiencias.

En conclusión cada salida fue algo enriquecedor, muchas enseñanzas y ansiando la próxima. También fuimos a Monserrate, yo llevaba muchos años de no ir, me encontré con una subida diferente. Una experiencia de altura. También compartimos muchas onces.

Para mi todas las salidas y reuniones han sido liberadoras de lo rutinario de la casa, problemas y trabajo, y con personas tan bellas como los profes y las demás señoras, todos tenemos vidas muy diferentes.

Gracias profes por esta oportunidad tan bonita y experiencia tan bella.