



# **“Necesitamos margen para ofrecer otra alternativa”: el impacto de la práctica deportiva en la reinserción social de jóvenes adultos internos en España**

**Autora:**

D<sup>a</sup>. Aitana Martín Montero

**Tutora:**

D<sup>a</sup>. Jezabel Lucas García

**FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL**

**UNIVERSIDAD DE VALLADOLID**

**CURSO 2024 - 2025**

# ÍNDICE

|                                                                                            |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. INTRODUCCIÓN</b>                                                                     | <b>5</b>  |
| 1.1 Justificación                                                                          | 6         |
| 1.2 Pregunta de Investigación                                                              | 7         |
| 1.3 Objeto de estudio                                                                      | 7         |
| 1.4 Objetivos                                                                              | 7         |
| <b>2. MARCO TEÓRICO</b>                                                                    | <b>8</b>  |
| 2.1 El Sistema Penitenciario en España                                                     | 8         |
| 2.1.1 Estructura y funcionamiento del sistema penitenciario español                        | 8         |
| 2.1.2 Políticas y Programas de reinserción social                                          | 11        |
| 2.1.3 El rol del trabajador/a social en el sistema penitenciario y la reinserción social.. | 15        |
| 2.2 Jóvenes varones adultos y el proceso de reinserción social                             | 17        |
| 2.2.1 Definición y características de los jóvenes varones adultos                          | 17        |
| 2.2.2 Perfil de los jóvenes varones en centros penitenciarios                              | 18        |
| 2.2.3 La vulnerabilidad social y la desviación social en el proceso de reinserción         | 19        |
| 2.2.4 Perspectiva de género en la desviación social y la práctica deportiva                | 22        |
| 2.3 El deporte como herramienta de reinserción social                                      | 25        |
| 2.3.1 Beneficios generales del deporte en contextos penitenciarios                         | 25        |
| 2.3.2 Características del Rugby y su papel en la reinserción                               | 27        |
| 2.3.3 Experiencias de uso del Rugby en programas penitenciarios                            | 29        |
| 2.3.4 Comparación del Rugby con otros deportes en la reinserción social                    | 31        |
| <b>3. METODOLOGÍA</b>                                                                      | <b>32</b> |
| 3.1 Diseño                                                                                 | 32        |
| 3.2 Muestra                                                                                | 32        |
| 3.3 Recogida de datos e instrumentos                                                       | 32        |
| 3.4 Aspectos éticos                                                                        | 33        |
| <b>4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACION</b>                                                   | <b>34</b> |
| 4.1 Resultados cuantitativos de los cuestionarios                                          | 34        |
| 4.2 Resultados cualitativos de la entrevista                                               | 44        |
| <b>5. CONCLUSIONES</b>                                                                     | <b>47</b> |
| <b>6. REFERENCIAS</b>                                                                      | <b>49</b> |
| <b>7. ANEXOS</b>                                                                           | <b>61</b> |

## **ABREVIATURAS**

- **CE** : Constitución Española de 1978
- **LOGP** : Ley Orgánica 1/1979 , de 26 de septiembre General Penitenciaria
- **RD**: Real decreto
- **RP**: Reglamento penitenciario de 9 febrero de 1996

## RESUMEN

Este trabajo fin de grado tiene como finalidad analizar el impacto del deporte, concretamente del rugby, en el bienestar y el proceso de reinserción social de los jóvenes varones adultos internos en España. La metodología usada para elaborar la investigación ha sido mixta, utilizando el cuestionario como herramienta y la entrevista semiestructurada como técnica de investigación. Los resultados obtenidos muestran que la práctica del rugby genera mejoras tanto en la salud física como en la gestión emocional, la motivación y la conducta de los internos. Asimismo, fomenta valores como el respeto, la disciplina y el trabajo en equipo.

La percepción del deporte como posible factor de prevención frente a la reincidencia y como medio para la reconstrucción de la identidad personal refuerza su valor dentro de las estrategias de intervención social. En conjunto, el estudio evidencia que el deporte puede ser una herramienta complementaria en los procesos de inclusión y cambio social desde la práctica del trabajo social.

**PALABRAS CLAVES:** deporte, reinserción social, jóvenes internos, rugby

## ABSTRACT

The aim of this final degree thesis is to analyze the impact of sport, specifically rugby, on the well-being and social reintegration process of young adult male inmates in Spain. The main objective has been to understand how sport can act as an educational, emotional and relational tool within the context of deprivation of liberty. The research has followed a mixed methodology, combining a quantitative questionnaire addressed to program participants and a semi-structured interview with a professional linked to the project. The results obtained indicate that the practice of rugby generates significant improvements in the physical health, emotional management, motivation and social behavior of the inmates. It also promotes values such as respect, discipline and teamwork.

The perception of sport as a possible factor in the prevention of recidivism and as a means for the reconstruction of personal identity reinforces its value within social intervention strategies. Overall, the study shows that sport can be a complementary tool in the processes of inclusion and social change from the practice of social work.

**KEY WORDS:** Sport, social reintegration, Young inmates, rugby

## **1. INTRODUCCIÓN**

La reinserción social de los jóvenes varones adultos privados de libertad, sigue siendo una cuestión clave en España. Más allá de su función punitiva, también debería ser el punto de partida para procesos de cambio que ofrezcan a los reclusos una nueva oportunidad de reconstruir sus vidas y reintegrarse en la sociedad. Sin embargo, la realidad es que muchos de ellos se enfrentan diariamente a situaciones graves como la exclusión social, la precariedad educativa y la falta de oportunidades laborales, contribuyendo de esta forma a que la reincidencia y la marginalización continúen siendo retos importantes.

Según datos del Ministerio de Interior (2022), la tasa general de reincidencia penitenciaria en España se sitúa en un 19,98% y asciende al 30,29% en el grupo de jóvenes adultos entre 18 y 30 años. Estas cifras ponen de manifiesto la urgencia de implementar estrategias eficaces que favorezcan la reintegración social de este colectivo tras su paso por prisión.

En este sentido, el deporte ha emergido como una herramienta de intervención social que va más allá de sus beneficios físicos. Pereda Azofra (2016) afirma que el deporte puede desempeñar un papel fundamental en el proceso de rehabilitación, ya que promueve valores como el respeto, la disciplina y el trabajo en equipo. En particular, las disciplinas colectivas como el rugby han demostrado ser eficaces en la mejora del autocontrol, la reducción de la impulsividad y el fortalecimiento de la identidad personal y social de los participantes (Abad Arízaga, 2017), aspectos esenciales para evitar la marginalidad una vez fuera del centro penitenciario.

Por todo ello, el presente trabajo pretende aportar una visión fundamentada sobre el impacto del deporte y en particular del rugby, en este proceso de reinserción social. Todo ello, explorando su capacidad para generar cambios positivos en la conducta, fortalecer habilidades sociales y ofrecer oportunidades de integración.

En primer lugar, se analizó la estructura y el funcionamiento del sistema penitenciario español, así como los programas y políticas públicas dirigidas a la reinserción social de las personas privadas de libertad. A continuación, se estudió la situación de los jóvenes varones adultos en el contexto penitenciario, delimitando su perfil y destacando cuáles son los principales desafíos que enfrentan durante su proceso de reintegración.

Finalmente, examinamos el papel del deporte como herramienta de intervención, con especial énfasis en el rugby, exponiendo sus beneficios físicos, emocionales y sociales, así como los programas existentes en diferentes centros penitenciarios. Además, se comparó su impacto con el de otras disciplinas para poner en valor lo distintivo del rugby en este contexto.

## 1.1 Justificación

En España, la reintegración social de los jóvenes reclusos sigue siendo un reto importante para el sistema penitenciario. Muchos de estos jóvenes han crecido en contextos muy complicados, con escaso apoyo familiar y pocas opciones de formación o empleo, lo que hace más difícil su vuelta a la sociedad tras su vida en prisión (Arranz et al., 2023). A partir de esta realidad, el deporte ha ido cobrando relevancia como una forma de intervención que no solo mejora la salud física, sino que también puede influir positivamente en la conducta y las habilidades sociales (Pereda Azofra, 2016).

Por ello, resulta relevante explorar cómo actividades estructuradas como el rugby pueden contribuir a mejorar el proceso de reinserción de estos jóvenes, actuando sobre factores clave asociados a la reincidencia.

Mi interés por este tema surgió durante mis segundas prácticas. Concretamente durante una charla a la que asistí, organizada por el equipo de rugby El Salvador junto a Cáritas. Allí presentaron un proyecto que llevaban a cabo en prisiones, donde usaban el rugby como parte del proceso de rehabilitación de los internos. Escuchar sus experiencias y ver cómo a través del deporte los internos mejoraban no solo su estado físico, sino también su manera de relacionarse, su confianza y su visión de futuro, me hizo reflexionar sobre todo lo que una actividad como esta pueda aportar. Por lo que decidí centrar mi trabajo fin de grado en explorar el impacto del deporte y en particular del rugby en la reinserción social de jóvenes reclusos en nuestro país.

En relación con las competencias profesionales establecidas en la guía Docente del Grado en Trabajo Social, este TFG se vincula especialmente con la C.E.15. *Investigar, analizar, evaluar y utilizar el conocimiento actual de las mejores prácticas del trabajo social para revisar y actualizar los propios conocimientos sobre los marcos de trabajo*, ya que la presente investigación surge de la necesidad de revisar y actualizar los modelos de intervención socioeducativa en el contexto penitenciario, explorando nuevas estrategias basadas en la práctica deportiva y específicamente, en el rugby como herramienta complementaria en el proceso de reinserción social de los jóvenes adultos reclusos.

Además, también se relaciona con el objetivo C.E.2. *Planificar, implementar, revisar y evaluar la práctica del Trabajo Social con personas, familias, grupos, organizaciones y comunidades y con otros profesionales*, ya que el deporte en contextos penitenciarios implica colaboración entre distintos agentes institucionales, como trabajadores sociales, educadores, psicólogos, entrenadores y entidades externas, para garantizar una intervención efectiva y coordinada.

## **1.2 Pregunta de Investigación**

La pregunta de investigación que este TFG trata de dar respuesta es la siguiente: ¿De qué manera influye la práctica deportiva en el proceso de reinserción social de los jóvenes adultos reclusos?

## **1.3 Objeto de estudio**

El objeto de estudio de este trabajo es el impacto que tiene la práctica deportiva como herramienta de reinserción social en jóvenes varones adultos internos en centros penitenciarios en España.

## **1.4 Objetivos**

### **Generales :**

- Analizar el rol de la práctica deportiva como herramienta de reinserción social para jóvenes varones internos en España

### **Específicos :**

- Describir la estructura y el funcionamiento del sistema penitenciario español.
- Examinar los programas y políticas existentes en los centros penitenciarios de España, enfocados a la reinserción social de los jóvenes en la sociedad.
- Conceptualizar el término de jóvenes varones adultos en el contexto penitenciario Español
- Identificar cuales son los beneficios físicos, psicológicos y sociales de la actividad práctica en jóvenes varones internos en España.
- Investigar el impacto específico del rugby como práctica deportiva de reinserción social en los centros penitenciarios españoles.
- Analizar como la desviación y vulnerabilidad social intervienen en el proceso de reinserción de los jóvenes varones reclusos y cómo el rugby puede ser de ayuda para neutralizar estos factores.

## **2. MARCO TEÓRICO**

### **2.1 El Sistema Penitenciario en España**

#### **2.1.1 Estructura y funcionamiento del sistema penitenciario español**

El sistema penitenciario español tiene como finalidad principal “la reeducación y la reinserción social de los sentenciados a penas y medidas penales privativas de libertad, así como la retención y custodia de detenidos, presos y penado” (art.1 LOGP). Este propósito también se encuentra respaldado por el artículo 25 de la Constitución Española 1978 (CE), donde se establece que las penas deben orientarse hacia la reeducación y la reinserción social de los condenados. Este objetivo no es nuevo, sino que tiene raíces históricas. Desde finales del siglo XIX, reformadores como Manuel Montesinos introdujeron sistemas basados en la individualización del tratamiento penitenciario, con el objetivo de corregir al delincuente más que castigarlo únicamente (López Melero, 2012)

En la actualidad, el sistema penitenciario español está compuesto por diversos centros gestionados por la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, dependiente del Ministerio del Interior, encargada de supervisar su funcionamiento a nivel nacional. Según datos oficiales, España cuenta con 69 centros penitenciarios, destinados tanto al cumplimiento de penas y medidas de seguridad como a la prisión preventiva. Estos centros conforman un mapa penitenciario moderno y funcional, en el que la prisión constituye un espacio autosuficiente (Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, s.f.).

Si bien esta estructura refleja un esfuerzo de modernización institucional, diversos estudios señalan que esta evolución ha estado marcada por una creciente tecnificación, una gestión más burocrática y una expansión del sistema que, en ocasiones, entra en contradicción con los ideales de reeducación y reinserción. En este sentido, Brandariz García (2015) advierte que, aunque las reformas implementadas desde mediados de los años noventa han promovido mejoras materiales y organizativas, también han consolidado una lógica de control más intensiva, alejando al sistema de una intervención realmente transformadora sobre las trayectorias delictivas de los internos. Por su parte, Rey Bellot (2015) examina cómo la estructura actual del sistema se articula en torno a distintos regímenes de cumplimiento y sistemas de clasificación, diseñados para adaptar el tratamiento penitenciario a las características individuales de cada penado. Sin embargo señala que en la práctica existen importantes limitaciones para la aplicación efectiva de estos principios, debido a la rigidez de los criterios y a la prevalencia de factores objetivos como la tipología del delito o la duración de la pena.

El objetivo principal de estos centros es facilitar la reintegración social de los internos, para lo cual se han implementado numerosos programas y acciones terapéuticas, apoyados tanto por profesionales internos como por organizaciones externas. Entre estas figuras destacan los trabajadores sociales, quienes desempeñan un papel esencial en el acompañamiento y seguimiento de los procesos de reinserción. Los programas de tratamiento, basados en la participación voluntaria de los reclusos buscan proporcionar herramientas y estrategias para afrontar sus problemas personales, permitiendo su regreso a la sociedad como individuos verdaderamente libres, conscientes de sus derechos y responsabilidades (Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, s.f.).

Sin embargo, para que estas medidas funcionen, no basta con que estén bien diseñadas. Hace falta un compromiso real de inversión, una red de apoyo constante y una colaboración efectiva entre las instituciones públicas y las entidades sociales (Torres López, 2024). Además, es importante recordar que no todos los centros penitenciarios funcionan igual. En España existen distintos tipos de establecimientos, cada uno pensado para perfiles específicos de internos, lo que permite que el tratamiento se ajuste mejor a las circunstancias de cada persona. Esta diversidad dentro del sistema facilita intervenciones más eficaces, adaptadas a las necesidades concretas de cada caso.

**Tabla 1**

*Tipos de establecimientos penitenciarios en España*

| Tipo de Establecimiento                             | Subcategoría/Denominación              | Descripción                                                                                                                                                                                                             | Referencia legal          |
|-----------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <b>1. Establecimientos Preventivos</b>              |                                        | Centros destinados a la retención y custodia de detenidos y presos bajo prisión provisional. Pueden albergar cumplimiento de pena si no excede 6 meses.                                                                 | Art. 8 LOGP               |
| <b>2. Establecimientos de Cumplimiento de penas</b> | <b>Régimen ordinario</b>               | Para penados que pueden convivir en condiciones normales, pero aún no en semilibertad. Separación de jóvenes (menores de 21 años) y adultos.                                                                            | Art. 9 LOGP<br>Art. 74 RP |
|                                                     | <b>Régimen abierto</b>                 | Para penados clasificados en tercer grado, capacitados para llevar a cabo un régimen de vida en semilibertad.                                                                                                           | Art. 9 LOGP<br>Art. 74 RP |
|                                                     | → Centros de Inserción Social (CIS)    | Establecimientos específicos para penados en fase avanzada de reinserción, con mayor autonomía.                                                                                                                         | Art. 80 RP                |
|                                                     | → Sección Abierta                      | Parte específica dentro de un centro penitenciario polivalente, que es aquel que cumple con diversos fines, como la custodia, el tratamiento y la ejecución de penas. Para internos en tercer grado.                    | Art. 12 y 80 RP           |
|                                                     | → Unidades Dependientes                | Dispositivos residenciales externos al entorno penitenciario, gestionados en colaboración con entidades públicas o privadas, destinados a apoyar programas de intervención y tratamiento para internos de tercer grado. | Arts.165–167 y 80 RP      |
|                                                     | <b>Régimen cerrado</b>                 | Destinados a penados especialmente peligrosos o inadaptados a otros regímenes. De forma excepcional, también pueden ingresar preventivos con alta peligrosidad, previa notificación a la autoridad judicial.            | Art. 10 LOGP              |
| <b>3. Establecimientos especiales</b>               | → Centros hospitalarios                | Para atención sanitaria especializada.                                                                                                                                                                                  | Art. 11 LOGP              |
|                                                     | → Centros psiquiátricos penitenciarios | Para cumplimiento de medidas de seguridad privativas de libertad por trastornos mentales.                                                                                                                               | Art. 183 RP               |
|                                                     | → Centros de rehabilitación social     | Para ejecutar medidas penales según legislación vigente.                                                                                                                                                                | Art. 11 LOGP              |

Fuente: Elaboración propia a partir de Ley Orgánica 1/1979, de 26 de septiembre, General Penitenciaria y del Real Decreto 190/1996, de 9 de febrero, por el que se aprueba el Reglamento Penitenciario.

### 2.1.2 Políticas y Programas de reinserción social

La reinserción social de las personas privadas de libertad es uno de los pilares fundamentales del sistema penitenciario español. Más allá de su función de custodia, el objetivo último de este sistema es garantizar la rehabilitación integral de los internos, preparándolos para una reincorporación efectiva y responsable en la sociedad. Para ello, existen políticas públicas y programas específicos que abordan las necesidades individuales de los reclusos, fomentando la transformación personal y promoviendo el respeto por la legalidad y la convivencia social. Según la estadística penitenciaria de la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias (2023), en España hay 56.698 personas privadas de libertad, de las cuales el 92,9% son hombres, lo que refleja una clara subrepresentación masculina en el sistema penitenciario.

Este enfoque de reinserción está respaldado por un sólido marco normativo que establece las bases legales y operativas de los programas de reinserción. La Ley Orgánica 1/1979, de 26 de septiembre, General Penitenciaria, establece que la finalidad de las penas privativas de libertad es la reeducación y la reinserción social (art.1 LOGP), principio alineado con lo dispuesto en el artículo 25 de la CE. Además, algunas comunidades autónomas, como Cataluña y el País Vasco, gestionan sus competencias penitenciarias y adaptan sus programas a sus realidades socioculturales (art.168 EA Cataluña; art.10 EA Vasco).

La Secretaria General de Instituciones Penitenciarias organiza su intervención en torno a dos pilares: los Programas Individualizados de Tratamiento (PIT) y los Programas Específicos de Tratamiento (PET). Estos programas buscan adaptar la atención a las circunstancias concretas de cada persona privada de libertad. Como señala Gallardo García (2017), no se trata de aplicar una misma receta para todos, sino de diseñar actuaciones flexibles que tengan en cuenta la evolución personal del interno y su contexto dentro del sistema penitenciario.

Desde esta lógica, el tratamiento penitenciario no se concibe como un proceso rígido, sino como algo que debe ir adaptándose a medida que el interno avanza. Es la Junta de Tratamiento quien se encarga de elaborar un plan específico que combine actividades educativas, terapéuticas o laborales, ajustadas al perfil y necesidades de cada caso (Caro Herrero, 2021).

En este esquema, los **Programas Individualizados de tratamiento (PIT)**, se configuran como la base de la intervención en los centros penitenciarios. Según Fernández Bermejo (2014), son herramientas fundamentales para identificar qué carencias o fortalezas presenta cada interno y así poder establecer objetivos reales y personalizados.

Estos programas están regulados por el artículo 20.2 del Reglamento Penitenciario (Real Decreto 190/1996) y su finalidad principal es acompañar el desarrollo integral de los internos, promoviendo tanto su crecimiento personal como sus capacidades para convivir.

Además de tener en cuenta los factores que influyeron en la conducta delictiva, los PIT fomentan que el propio interno participe activamente en su proceso de cambio. Se intenta que este, se compromete con los objetivos del programa, implicándose desde el inicio hasta el final (Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, s.f).

Según Fernández Bermejo (2014), este tipo de intervención se organiza en dos bloques:

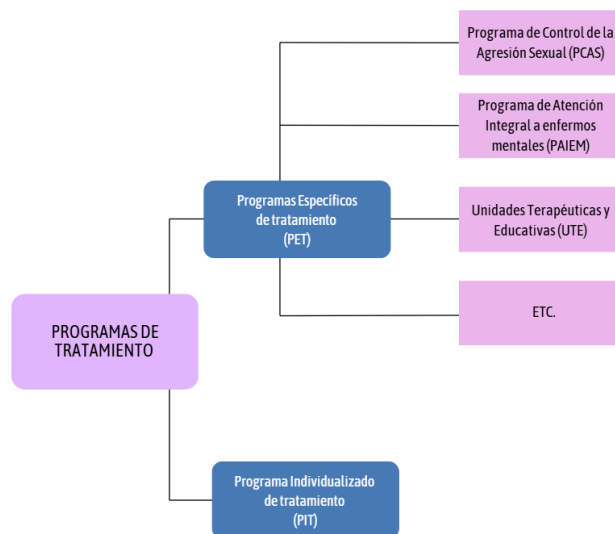
- **Actividades Prioritarias:** son las encargadas de corregir carencias significativas relacionadas con la conducta delictiva (adicciones, analfabetismo o carencias educativas básicas).
- **Actividades Complementarias:** estas en cambio se centran en el desarrollo personal, formativo y ocupacional del interno, promoviendo su autonomía y su integración social.

Esta diferenciación permite ajustar el plan de intervención a las necesidades reales de cada recluso y facilita un tratamiento más eficaz.

En paralelo a los PIT, la Administración Penitenciaria ha desarrollado los **Programas Específicos de Tratamiento (PET)**, que atienden necesidades específicas que requieren de intervención especializada. Estos programas se dirigen a abordar necesidades muy concretas de determinados perfiles delictivos o clínicos, mediante intervenciones estructuradas, diseñadas tras un diagnóstico especializado, y ejecutadas por equipos multidisciplinares en módulos diferenciados del resto de la población reclusa (García López, 2019).

**Figura 1**

*Representación de los Programas de Tratamiento*



Fuente: Elaboración propia a partir de García López (2019) , Caro Herrero (2021) y Secretaría General de Instituciones Penitenciarias (s.f.).

Todos estos programas se basan en enfoques cognitivo – conductuales validados por la literatura internacional, y su diseño se articula sobre **dos modelos teóricos de referencia**.

La terapia cognitivo-conductual (TCC) parte de la idea de que los problemas emocionales o de comportamiento se mantienen por pensamientos distorsionados o hábitos poco funcionales. Lo que propone este enfoque, es trabajar sobre esas creencias y formas de actuar que afectan negativamente, ayudando a la persona a desarrollar patrones más saludables. Todo ello con un método estructurado y colaborativo entre el terapeuta y el interno (Hofmann et al., 2012).

**Por un lado, el modelo de Riesgo – Necesidad - Responsividad (RND)** desarrollado por Andrews y Bonta (2010), citado en García López, (2019), establece que la intensidad, el contenido y la modalidad del tratamiento deben ajustarse al nivel de riesgo de reincidencia, las necesidades criminógenas y la capacidad de respuesta del interno.

**Por otro lado, el modelo de Buenas Vidas (Good Lives Model, GLM)** propuesto por Ward (2002), parte de la idea de que todos los individuos persiguen ciertos bienes primarios como la autonomía, el sentido de pertenencia, la competencia y las relaciones significativas y que la conducta delictiva puede entenderse, en parte, como un intento disfuncional de alcanzarlos. Ward (2002), plantea que la reducción de la reincidencia requiere establecer planes de vida más coherentes y satisfactorios, lo que implica dotar al individuo de los recursos necesarios para alcanzar metas personales de forma prosocial.

Ambas líneas de intervención coinciden en algo fundamental, es necesario adaptar el trabajo a las características y motivaciones de cada persona. Para lograrlo, se combina el trabajo en grupo potenciando así el aprendizaje entre iguales, con un acompañamiento individual que atienda las particularidades de cada caso.

Más allá del enfoque técnico, jurídico o terapéutico, estos programas requieren una aplicación práctica efectiva. Donde el trabajo social desempeñe un papel esencial. Como apunta Alonso Gutiérrez (2023), el profesional del trabajo social acompaña todo el proceso penitenciario, desde el ingreso hasta la salida en libertad, abordando de forma integral los factores que influyen en la conducta delictiva. Por todo ello, su intervención es clave para reducir la probabilidad de reincidencia.

### 2.1.3 El rol del trabajador/a social en el sistema penitenciario y la reinserción social

El trabajo social en el ámbito penitenciario se presenta como una disciplina especializada, orientada a promover el cambio social y facilitar la reintegración de las personas privadas de libertad. Según el Consejo General del Trabajo Social (2023), el propósito principal de esta profesión es acompañar a los procesos de reeducación y reinserción.

Si embargo, cabe resaltar que la reinserción no es un proceso sencillo, ya que requiere de una intervención profesional capaz de responder a las necesidades personales de cada interno y a los factores sociales que influyen en su conducta. En este escenario, el trabajador social actúa como agente clave, dado que no solo facilita la integración, sino que además impulsa procesos de transformación personal. De Dios y Filardo (2019), destacan que estos profesionales forman parte del equipo de tratamiento y que su labor es esencial para alcanzar los fines rehabilitadores de la pena.

Esta visión pone en valor la dimensión social de la intervención penitenciaria, especialmente cuando se incorporan herramientas innovadoras que fortalecen las habilidades personales, las relaciones sociales y las actitudes positivas frente a la vida en libertad.

Desde el punto de vista normativo, la base del sistema penitenciario español se encuentra en los principios recogidos en el artículo 25.5 de la CE y el artículo 1 de la LOGP, donde se establece que las penas deben orientarse a la reeducación y reinserción social. El Reglamento Penitenciario, en su artículo 20.2, refuerza esta idea al señalar la importancia de los PIT. Asimismo, el Código Deontológico del Trabajo Social (Consejo General del Trabajo Social, 2012) resalta valores como la justicia social, los derechos humanos y la responsabilidad colectiva, especialmente significativos en el ámbito penitenciario.

#### 2.1.3.1 Funciones y ámbitos específicos de intervención

En el contexto penitenciario, el trabajo social cumple un papel fundamental que abarca tanto la atención directa a las personas internas como la coordinación de acciones colectivas dentro del centro. Facal (2015) señala que entre las funciones más importantes de estos profesionales están la evaluación de las necesidades sociales desde el ingreso, la elaboración de informes sociales, el diseño de planes de intervención y el seguimiento del proceso de tratamiento durante su estancia en prisión.

La intervención social penitenciaria se despliega, además, en diversos niveles :

- **Individual**, centrado en la atención directa al interno.
- **Familiar**, donde se trabaja con su red de apoyo.

- **Grupal**, mediante programas estructurados.
- **Comunitario**, que fomenta la vinculación con recursos externos (De Dios & Filardo, 2019)

Rivera (2024) identifica también una serie de ámbitos clave:

- Reintegración social
- Apoyo a las familias
- Prevención de la reincidencia
- Supervisión de medidas penales y alternativas
- Participación en comités técnicos e interdisciplinarios

La experiencia de Moya (2015), primera trabajadora social en el Patronato para la Reincorporación Social del Estado de Sonora, demuestra la diversidad y profundidad de estas funciones en la práctica real. Su labor incluyó desde la elaboración de diagnósticos sociales y la implementación de estrategias educativas, hasta la mediación penitenciaria y el acompañamiento emocional con los internos.

Esta amplitud de funciones permite una atención integral que contempla tanto el entorno del recluso como el sistema institucional en su conjunto.

#### *2.1.3.2 El trabajo social como agente transformador*

En definitiva, podemos confirmar que el trabajador social desempeña un papel clave dentro del sistema penitenciario español. Según Filardo et al. (2022), su función resulta esencial en el acompañamiento hacia la reinserción y el desistimiento delictivo. Este proceso se apoya en una intervención continuada que fortalece los apoyos sociales, promueve relaciones prosociales y facilita la reconstrucción de identidades alejadas del delito.

Las autoras señalan que el proceso de desistir del delito no es ni simple ni lineal y que rara vez se logra en soledad. Por eso, contar con una red de apoyo sólida resulta esencial. En este escenario, el trabajo social juega un papel clave, actuar como nexo entre la persona reclusa, su entorno y los recursos disponibles en la comunidad.

Rivera (2024) también destaca que el trabajo social cumple un papel pacificador dentro de la dinámica penitenciaria, al conectar el contexto familiar, el proceso judicial y el entorno institucional, favoreciendo así una intervención integral orientada a la reinserción. En esta misma línea, García Toro (2000) plantea que el tratamiento social penitenciario implica una intervención profunda que debe incidir tanto en el individuo como en su entorno, y donde el trabajo social debe propiciar condiciones estructurales que favorezcan la rehabilitación.

## **2.2 Jóvenes varones adultos y el proceso de reinserción social**

### **2.2.1 Definición y características de los jóvenes varones adultos**

La juventud no se define únicamente por la edad. Mas allá de los datos cronológicos, se trata de una etapa que toma forma según la sociedad y la cultura en la que se vive y esta profundamente influida por el momento histórico y los valores simbólicos del entorno. Así lo plantea Fernández (2021), quien afirma que no existe una única juventud, sino múltiples formas de vivir esta etapa, atravesadas por desigualdades, experiencias personales y estructuras de poder.

Esta diversidad hace imposible establecer una definición cerrada o universal. De manera complementaria, Barrera – Herrera y Vinet (2017) describen la adultez emergente como un periodo intermedio que se sitúa aproximadamente entre los 18 y 29 años. Esta etapa se caracteriza por la búsqueda de identidad, la inestabilidad emocional y la sensación de estar en tránsito entre la adolescencia y la vida adulta. Las autoras subrayan que no es una etapa homogénea ni vivida del mismo modo en todas las culturas, sino que esta influida por factores sociales, económicos y familiares.

El Observatorio de Juventud de las Illes Balears (2019), también plantea que la juventud constituye una fase de importantes transformaciones biológicas, sociales y psicológicas. Aunque tradicionalmente se ha vinculado con el inicio de la pubertad, su finalización está más relacionada con elementos sociales como la estabilidad laboral o la emancipación económica. En términos generales, este observatorio sitúa la juventud entre los 15 y los 30 años, aunque reconoce que puede variar según el contexto.

Por su parte, Taguenca (2009) advierte que reducir la juventud a un simple rango de edad implica ignorar su complejidad social y simbólica. Desde su perspectiva, ser joven no se limita a una etapa biológica, sino que es una condición social impuesta desde el mundo adulto.

### 2.2.2 Perfil de los jóvenes varones en centros penitenciarios

Con respecto al perfil de los jóvenes varones en España, tenemos que decir que representan un porcentaje considerable de la población penitenciaria. Según datos de la Secretaría General de Instituciones Penitenciarias (2023), 8.288 de las personas privadas en libertad tienen edades comprendidas entre los 18 y los 30 años. Esta cifra evidencia la necesidad de diseñar intervenciones específicas que respondan a las características, necesidades y trayectorias vitales de este grupo.

Desde el punto de vista legal, el Reglamento Penitenciario (RD 190/1996), en su artículo 173, establece que se considera jóvenes a los internos menores de 21 años, aunque en algunos casos se puede ampliar esa edad hasta los 25. No obstante, en el ámbito académico existe cierta flexibilidad en este criterio. Por ejemplo, Añaños-Bedriñana, Llorente y Chávez (2016), utilizan el rango de 18 a 25 años para referirse a los jóvenes adultos en prisión, destacando que esta etapa resulta especialmente sensible, ya que coincide con un momento clave del desarrollo personal y social.

En este trabajo, se va a poner el foco en los varones jóvenes mayores de edad, especialmente en aquellos que tienen entre 18 y 30 años. Esta elección se debe por un lado a la disponibilidad de datos oficiales y por otro a los enfoques actuales que entienden la juventud como una fase prolongada, diversa y travesada por desigualdades importantes.

Además de los criterios legales y estadísticos, distintos estudios han identificado patrones comunes en el perfil de estos jóvenes. Un ejemplo es López y Saban (2021), quienes a partir de entrevistas a profesionales penitenciarios en la Comunidad de Madrid, identificaron factores como el abandono escolar, la inestabilidad familiar, la falta de competencias básicas y la pertenencia a entornos vulnerables como elementos frecuentes en sus trayectorias. Estos elementos no solo explican, el ingreso en prisión, sino que también afectan directamente a las posibilidades de reinserción.

En otro estudio realizado en diversas prisiones andaluzas, Martín Solbes (2008) identificó un perfil similar, eran jóvenes con escasa formación académica, sin cualificación profesional y con un historial de consumo de drogas. Además, muchos de ellos provenían de familias con pocos recursos económicos y bajos niveles educativos, lo que pone de relieve la necesidad de diseñar intervenciones educativas y preventivas más ajustadas a sus trayectorias y necesidades reales.

El autor subraya que conocer este perfil y actuar desde la educación y la prevención puede ser clave para evitar futuros ingresos en prisión.

## 2.2.3 La vulnerabilidad social y la desviación social en el proceso de reinserción

### 2.2.3.1 Definición de vulnerabilidad social

Según Castel (1995), la vulnerabilidad social no se reduce a una categoría cerrada ni a un estado puntual de carencia, sino que constituye una zona intermedia entre la integración plena y la exclusión. Esta zona está marcada por la fragilidad de los vínculos laborales y relacionales, generando un terreno inestable desde el que es fácil caer en la marginación. Este concepto puede entenderse como un fenómeno multidimensional. Tal como señala Vázquez Brage (2024), la vulnerabilidad no se limita únicamente a la falta de recursos materiales, sino que implica también una ruptura del contrato de cohesión social. Es decir las personas no solo pierden estabilidad laboral, sino también relaciones sociales significativas que les conectan con su entorno.

A su vez, Golovanesky (2007) propone una comprensión integral de la vulnerabilidad a través del enfoque AVEO (activos, vulnerabilidad y estructura de oportunidades). Este modelo contempla tres elementos clave: los recursos con los que cuenta un individuo, la estructura de oportunidades que ofrece la sociedad (empleo, protección social) y las redes sociales e instituciones en las que las personas se insertan. Desde esta perspectiva, la vulnerabilidad no depende únicamente de lo que una persona tiene o no tiene, sino de como interactúan sus recursos con las posibilidades reales que ofrece su entorno. De esta forma, podemos concluir que la vulnerabilidad implica una exposición prolongada al riesgo en contextos donde los mecanismos de protección social son insuficientes, lo que agrava la exclusión y limita las posibilidades reales de inclusión (Ramos, 2019).

Centrándonos en el grupo de jóvenes adolescentes, la vulnerabilidad no solo está asociada a carencias materiales sino también al deterioro de vínculos familiares, escolares y sociales (Del Pino et al., 2011). En este sentido el deporte puede desempeñar un papel clave en la reducción de esta situación, ya que su práctica favorece al desarrollo de habilidades psicosociales como la disciplina, el trabajo en equipo y la gestión emocional, que resultan fundamentales para afrontar contextos de inestabilidad (Bardales Valencia, 2023). Además, experiencias desarrolladas en diversos países europeos han demostrado que la práctica deportiva puede favorecer la resiliencia y facilitar la inclusión de jóvenes en riesgo (Mundet et al., 2024).

### 2.2.3.2 Juventud, exclusión social y cárcel

A partir de lo expuesto previamente, los grupos en situación de vulnerabilidad social se encuentran en una posición intermedia entre la inclusión y la exclusión. Si no se interviene adecuadamente para fomentar el desarrollo de sus capacidades y habilidades, existe un alto riesgo de que estos colectivos se deslicen hacia una exclusión social plena y sostenida en el tiempo. Este concepto se entiende como un proceso estructural y multidimensional que va más allá de la pobreza. Implica quedar al margen de distintos sistemas sociales, limitando el acceso a recursos y oportunidades esenciales para una participación plena en la vida económica, política y cultural (EAPN España, s.f). Sánchez y Jiménez (2013) también sostienen que no se trata de una situación puntual, sino de un proceso, que debilita los vínculos sociales y restringe la participación en la vida comunitaria.

Los datos más recientes del informe El estado de la pobreza, EAPN (2024) reflejan una realidad preocupante: el 26,2% de los jóvenes entre 16 y 29 años en España, está en riesgo de pobreza y/o exclusión social. Esta cifra, además de alarmante, deja claro que es urgente intervenir con medidas efectivas que atiendan las causas profundas de esta situación.

Desde otra perspectiva, Castel (1995) propone utilizar el término *desafiliación* en lugar de exclusión social, ya que considera que describe de forma más precisa los procesos graduales mediante los cuales las personas van perdiendo su conexión con la sociedad. Esta idea resulta especialmente útil al hablar de jóvenes, puesto que suelen convivir con múltiples factores acumulados como la pobreza, abandono escolar o falta de apoyo familiar durante etapas clave del desarrollo. Cuando estos elementos coinciden, es más fácil que se generen trayectorias delictivas más estables y difíciles de revertir. Uceda y Domínguez (2017) respaldan esta visión, al señalar que la exclusión social no suele producirse de forma repentina, sino como un proceso progresivo que afecta especialmente a jóvenes en situación de vulnerabilidad

En otro estudio realizado en la ciudad de Valencia, se evidenció que las trayectorias de los jóvenes internados en centros penitenciarios están marcadas por la acumulación de factores de riesgo como el fracaso escolar, la desestructuración familiar y la precariedad laboral. Además, se señala que, al combinarse, estos factores refuerzan contextos de exclusión que dificultan aún más la integración y favorecen la criminalización (Pitarch y Uceda, 2015).

Como conclusión, puede afirmarse que la exclusión social no solo limita el acceso de los jóvenes a oportunidades, sino que también debilita los lazos esenciales para su integración. Cuando instituciones como la familia, la escuela o el grupo de iguales fallan en su función socializadora, los jóvenes quedan expuestos ante un entorno sin alternativas viables, dando lugar a la

desviación como una respuesta adaptativa ante la pobreza, la marginación y la falta de expectativas de futuro (Sepúlveda y García, 2020).

### *2.2.3.3 Desviación social como respuesta*

Entender la desviación social como una reacción frente a situaciones de exclusión estructural nos ayuda a comprender mejor por qué algunos jóvenes acaban alejándose de las normas sociales. Escobar (2024) define este fenómeno como aquellos comportamientos que no se ajustan a los valores y expectativas compartidos por la mayoría, es decir, conductas que se desmarcan de lo considerado “normal” en una sociedad.

No siempre que alguien se desvía de las normas lo hace con una intención delictiva. A veces, es una forma de adaptarse a las tensiones o entorno que le impone la sociedad. Cuando se promueven metas como el éxito o el reconocimiento, pero no se ofrecen caminos reales y accesibles para lograrlas, es normal que algunas personas, sobre todo aquellas que se encuentran en exclusión busquen otro tipo de alternativas. En este sentido podemos entender la desviación como una forma de responder a la falta de oportunidades reales para integrarse (Merton, 1938). Además, desde la teoría del etiquetamiento, se considera que la desviación no solo depende del acto cometido, sino de cómo es interpretado por el entorno social. Ser definido como “desviado” implica un proceso de etiquetamiento que puede reforzar la exclusión y dificultar la reintegración (Sosa, 2025).

Muchos jóvenes que están en riesgo de desviación presentan carencias importantes en habilidades sociales básicas, como la empatía, la resolución de conflictos o la asertividad. Estas limitaciones no solo dificultan su integración, sino que los dejan más expuestos a dinámicas conflictivas y relaciones inestables, impidiéndoles crear vínculos positivos o adaptarse a entornos con normas claras (Mercedes Novo et al., 2008).

En definitiva, la vulnerabilidad, la exclusión y la desviación conforman un proceso encadenado de fractura social. Juan Toset (2009) argumenta que estos fenómenos se retroalimentan y deben abordarse de forma integral, ya que sin intervención, los grupos más vulnerables quedan atrapados en trayectorias de exclusión difíciles de revertir.

## 2.2.4 Perspectiva de género en la desviación social y la práctica deportiva

### 2.2.4.1 *El género como categoría de análisis en jóvenes varones*

Desde el enfoque de la identidad social, el género no es algo con lo que se nace, sino que se va aprendiendo y reforzando a través de los grupos a los que una persona pertenece. En el caso de los hombres, esta construcción suele estar asociada a ideas como la fuerza, el autocontrol o la independencia, mientras que otras cualidades como la empatía o mostrar afecto tienden a verse como algo negativo o poco valorado (Etchezahar, 2014). Esta construcción masculina también impacta en el mundo emocional. Según Ramírez et al. (2017), desde edades tempranas se enseña a los varones a reprimir ciertas emociones consideradas débiles como el miedo o la tristeza, mientras se legitiman otras como la rabia o la competencia. Este aprendizaje condiciona su forma de vincularse con los demás, gestionar los conflictos o enfrentar situaciones de exclusión.

Muchos jóvenes infractores construyen su identidad de género a partir de modelos tradicionales de masculinidad. En muchos casos, el grupo de iguales actúa como un espacio de validación, donde se refuerzan actitudes como la dureza, el rechazo a la autoridad o el desafío de las normas establecidas. Cuando estos jóvenes provienen de contextos de exclusión social, esta forma de entender lo masculino se intensifica, ya que les sirve para afirmarse como varones y ganar reconocimiento dentro de sus entornos (Zambrano y Pérez – Luco, 2004). En el entorno penitenciario, esta lógica se hace aún más evidente. Como señalan Gutiérrez et al. (2024), muchos hombres se ven empujados a ocultar sus emociones, demostrar fortaleza constantemente y construir una imagen de dureza para mantener su lugar dentro del centro. Esta manera de vivir la masculinidad, basada en la represión y el control, no solo dificulta la conexión emocional con los demás, sino que también limita sus posibilidades reales de cambio y reinserción.

Profundizando en esta idea, Toro (2009) advierte que dentro de las cárceles se espera que los hombres encarnen una masculinidad rígida, basada en el control y la negación de cualquier tipo de debilidad. Esta presión constante alimenta comportamientos hiper - masculinos y obstaculizando la apertura emocional y con ello, el cambio.

#### 2.2.4.2 Masculinidad, exclusión y conducta desviada

La relación entre la masculinidad tradicional, exclusión social y conducta desviada se hace especialmente visible en el ámbito penitenciario. En España, según la *Estadística General de población Penitenciaria* (2024), había 43.676 hombres y 3.401 mujeres privados de libertad, lo que confirma que nueve de cada diez internos son hombres (92,8%).

En situaciones de exclusión, muchos jóvenes varones desarrollan modelos de masculinidad donde la violencia y el *respeto* se convierten en recursos clave para afirmar su identidad (Zubillaga y Briceño – León, 2001). Un estudio realizado con jóvenes en Bizkaia muestra que todavía se encuentra muy presente la idea tradicional de lo que significa ser *hombre*, asociada a la fuerza y el dominio. Este tipo de modelo refuerza actitudes agresivas y hace más difícil que se desarrollen otras formas de relacionarse, lo que en algunos casos puede derivar en conductas de riesgo o situaciones de exclusión social (Arcos, 2021).

Otras investigaciones, como la de Esteban Hernández (2016), confirman que la conducta desviada en adolescentes está muy relacionada con factores sociales y demográficos, como el género. En este sentido, son los chicos quienes suelen mostrara tasas más altas de comportamientos problemáticos. Asimismo, se ha demostrado que los rasgos masculinos tradicionales como la impulsividad o la dominancia están directamente asociados con comportamientos antisociales en jóvenes. De este modo, el rol de género masculino predice una mayor incidencia de agresiones físicas y conductas antisociales (Rubio y Urra, 2024).

Por ello, el uso del deporte con jóvenes varones puede convertirse en un espacio transformador, donde aplicar modelos deportivos educativos y participativos permita romper con la rigidez de los mandatos tradicionales y ofrecer a los jóvenes formas más saludables y equitativas de construir su identidad masculina (Aybar, 2005).

#### 2.2.4.3 Elección del deporte: entre la construcción de la masculinidad y la intervención social

Desde una mirada antropológica, el deporte puede entenderse como un espacio ritualizado de construcción de la masculinidad, donde los varones son socializados en valores como la competitividad y el control (Diez, 1996). Sin embargo, una pedagogía crítica en el ámbito deportivo puede cuestionar estos mandatos y abrir camino a formas mas inclusivas y equitativas de ser varón (Vidiella et al., 2010).

Numerosas investigaciones han puesto de relieve el papel del deporte como herramienta de intervención socioeducativa en jóvenes. En particular, la actividad física practicada en grupo, acompañada de una reflexión emocional, permite a los adolescentes experimentar y gestionar emociones de forma mas consciente (Jacho, 2023).

En conclusión, se evidencia que la practica regular de actividad física y una actitud positiva hacia ella se asocian con una reducción significativa de la agresividad en jóvenes. Reforzando de esta forma la idea del que deporte, va más allá de su dimensión física, puede actuar como un espacio de regulación emocional y construcción positiva de la identidad masculina (Galdón et al., 2023).

## 2.3 El deporte como herramienta de reinserción social

Partiendo de esta base, la práctica deportiva contribuye al desarrollo de habilidades sociales y a la construcción de una identidad más positiva, elementos claves para facilitar la inclusión y la transformación individual (Pereda, 2016). Además, puede actuar como vehículo de transformación social y personal, más allá del rendimiento físico, cuando se implementa con una intención educativa y reflexiva (Carreres Ponsoda, 2014).

Este apartado se abordará el uso del deporte y en particular del rugby, como herramienta para favorecer la reinserción social dentro de las prisiones. Exploraremos los beneficios generales del deporte en estos contextos y como, más allá de mejorar la condición física, puede ser muy positivo en los valores personales de los internos. También expondremos experiencias de programas y proyectos penitenciarios que hayan integrado el rugby como enfoque de rehabilitación. Por último, compararemos el rugby con otras disciplinas deportivas para entender qué lo hace especialmente beneficioso a este proceso de reintegración.

### 2.3.1 Beneficios generales del deporte en contextos penitenciarios

#### 2.3.1.1 *Mejora del bienestar físico y salud mental*

La mejora del bienestar físico y la adopción de hábitos saludables mediante la práctica deportiva en contextos penitenciarios es un hecho ampliamente reconocido. Además de sus beneficios físicos, diversos estudios destacan su utilidad terapéutica, especialmente por su capacidad para reducir el estrés y la ansiedad (Muntaner y Gago, 2015). En esta línea, un estudio etnográfico realizado en una prisión española señala que el deporte actúa como una forma de evasión simbólica que permite a los internos mejorar su salud mental, reducir el aburrimiento y canalizar las tensiones acumuladas (Martos et al., 2009). Desde esta perspectiva, el deporte se convierte en una herramienta esencial para el bienestar integral de la población penitenciaria (Gómez y Bravo, 2018), favoreciendo además, la mejora del estado de ánimo y del control emocional, tal y como se ha evidenciado en intervenciones desarrolladas en centros penitenciarios como el de Burgos (Martínez y Fernández, 2016).

### *2.3.1.2 Clima penitenciario y relaciones sociales*

En lo que respecta a las relaciones sociales, el deporte juega un papel clave. Según Muntaner y Gago (2015), la actividad física fomenta la cooperación, el respeto y la convivencia entre los internos, lo que contribuye a mejorar sus vínculos interpersonales. Asimismo, favorece la reducción de conflictos, conductas disruptivas y situaciones de asilamiento. Complementando esta perspectiva, Ríos y Madera (2011) afirman que las actividades físico – recreativas crean espacios de convivencia donde se aprenden normas, se refuerzan valores como la tolerancia y la lealtad y se promueve la cohesión social, facilitando así la convivencia dentro del centro y el proceso de reinserción posterior.

Una experiencia especialmente significativa es la del centro penitenciario Brians 2, en Barcelona, donde se ha demostrado que la práctica deportiva no solo mejora la convivencia entre internos, sino que también fomenta la interacción positiva con el personal penitenciario y contribuye a transformar el ambiente en el módulo (Llorach et al., 2019). A esto se suma el estudio de Chamarro et al. (1998), que señala como el ejercicio físico puede convertirse en una vía eficaz para canalizar tensiones, reduciendo la conflictividad y la agresividad entre internos.

### *2.3.1.3 Autoestima y percepción de autoeficacia*

La práctica deportiva en el entorno penitenciario tiene un impacto significativo en la autoestima de los internos. Y es que ofrece una vía para que se sientan útiles, válidos y capaces de afrontar desafíos, lo que repercute de forma muy positiva en su motivación personal y en una actitud más proactiva ante el proceso de reinserción (Cerdeño Egado, 2017). Además, el deporte no solo mejora la percepción del propio cuerpo, sino que también se relaciona con mayores niveles de resiliencia, satisfacción vital y bienestar emocional, factores que favorecen la confianza en uno mismo (Castillo et al., 2017).

Todo esto permite afirmar, que el deporte no solo contribuye a reforzar la autoestima y la percepción de la autoeficacia de los reclusos, sino que puede actuar como recurso educativo e integrador que favorece su proceso de reinserción social (Zubiaur, 2017)

### 2.3.2 Características del Rugby y su papel en la reinserción

El rugby ha sido reconocido no solo como una disciplina deportiva, sino como una herramienta pedagógica y social de alto valor, especialmente en contextos de exclusión. Su uso y aplicación en entornos penitenciarios ha demostrado efectos positivos como la reducción del estrés y la ansiedad, la canalización adecuada de la agresividad, la mejora de la autoestima y el refuerzo de hábitos saludables (Pabón Estrella, 2025).

A continuación, se analizan los principales valores y competencias que el rugby ayuda a desarrollar en quienes lo practican.

#### 2.3.2.1 Valores fundamentales del rugby

Una de las características más importantes del rugby es su capacidad como deporte para la transmisión de valores. En palabras de Villavicencio y Quishpe (2019), los valores fundamentales de esta disciplina son :

- El respeto: entendido como el trato digno hacia compañeros, rivales, entrenadores y árbitros. Se trata de uno de los valores más representativos del rugby y guía la conducta tanto dentro como fuera del campo.
- La disciplina: no solo como obediencia a las reglas del juego, sino también como forma de autogestión emocional, constancia y compromiso.
- La solidaridad: se trabaja a través del trabajo en equipo y el apoyo mutuo entre los jugadores.
- La humildad: se valora como la disposición a aprender de la experiencia y el reconocimiento de los propios límites.
- La integridad: entendida como la forma de actuar con honestidad y coherencia, respetando el espíritu del juego.

A estos valores se suman otros destacados por diferentes autores, como el esfuerzo, que se fomenta mediante dinámicas que exigen compromiso físico y emocional; y la perseverancia, entendida como la capacidad de superar la frustración y continuar mejorando (De Vicente Bañon, 2021)

Todos estos valores se viven en la práctica, no solo como parte del reglamento, sino como elementos centrales en la construcción de identidad dentro del equipo (Villavicencio y Quishpe, 2019). Esto convierte al rugby en mucho más que un deporte, lo transforma en una herramienta educativa que promueve el desarrollo ético, reforzando así su potencial transformador (De Vicente Bañon, 2021).

#### *2.3.2.2 Competencias clave para la reinserción*

La práctica del rugby actúa como una escuela emocional que permite a los participantes entrenar competencias como el autocontrol, la toma de decisiones responsables y la perseverancia (Abad Arízaga, 2017). A ello se suma su capacidad para promover el uso constructivo del tiempo libre y reforzar la motivación personal, aspectos que fortalecen el compromiso con el propio proceso de cambio (Moreno et al., 2024). Estas habilidades, desarrolladas en un entorno exigente pero estructurado, son fundamentales para afrontar el proceso de reinserción social con mayor madurez y seguridad personal (Abad Arízaga, 2017).

Desde el enfoque educativo, se ha observado que el rugby contribuye al desarrollo de habilidades esenciales para la vida, como la autoestima, la responsabilidad, la capacidad para cooperar y el control de las propias emociones (Scialfa, 2017). Lo interesante es que estas habilidades no se quedan en el terreno de juego, ya que cuando se trabajan de manera constante, pueden aplicarse a otras situaciones de la vida diaria. De esta forma, se convierten en herramientas valiosas que ayudan a los jóvenes a desenvolverse mejor fuera del entorno penitenciario y a construir nuevas formas de relacionarse con su entorno (López et al., 2018).

### 2.3.3 Experiencias de uso del Rugby en programas penitenciarios

Tras analizar las características del rugby y su valor educativo en contextos penitenciarios, pasaremos a revisar cómo se ha aplicado en programas concretos. En los últimos años han surgido muchas iniciativas, tanto en España como en América Latina que utilizan el rugby como una herramienta para facilitar la reinserción social. A continuación, se presentan algunas de las experiencias más representativas:

#### - **Proyecto 'In Contraria Ducet' – España**

El proyecto “In Contraria Ducet”, es un proyecto de intervención socioeducativa desarrollado en el centro penitenciario de Valladolid, fruto de la colaboración entre la Fundación del Club de Rugby El Salvador y Cáritas Diocesanas de Valladolid. Su objetivo principal es contribuir al proceso de reinserción social de las personas privadas de libertad a través del deporte, concretamente el rugby y los valores que este promueve.

El programa combina sesiones deportivas semanales, con sesiones teóricas de carácter mensual. En estas últimas se trabajan contenidos como la gestión emocional, el autocuidado, el respeto, la disciplina, la solidaridad y la mejora de la convivencia. La metodología empleada es participativa cooperativa y adaptada a las necesidades del grupo, fomentando la reflexión individual y colectiva. Además del componente deportivo, el programa incluye un acompañamiento educativo y psicológico individualizado por parte del equipo de Cáritas. El proyecto promueve un espacio seguro en el que los participantes puedan reforzar su autoestima, adquirir herramientas sociales y construir un proyecto final digno. En este sentido, se plantea como una propuesta transformadora que contribuye al proceso de reinserción social desde una perspectiva integral y educativa (Fundación Club de Rugby El Salvador & Cáritas Diocesana de Valladolid, 2025).

#### - **Proyecto Alcatraz – Venezuela**

El Proyecto Alcatraz es una iniciativa venezolana de reinserción social nacida en el 2003. Su origen se basa en una propuesta de justicia restaurativa que ofrecía a los jóvenes delincuentes la oportunidad de redimirse a través del trabajo, la formación en valores y el deporte, en particular el rugby. Desde entonces, Alcatraz ha evolucionado hasta convertirse en un programa estructurado que trabaja con jóvenes con historial delictivo y personas privadas de libertad. En su desarrollo se trabaja:

- Formación en valores (respeto, humildad, confianza y responsabilidad)
- Entrenamiento físico y deporte
- Acompañamiento psicológico individual y grupal
- Educación para el trabajo (vinculación con la comunidad y las familias de los participantes)

En contextos penitenciarios, el proyecto se implementa desde 2013 y actualmente tiene presencia en 36 cárceles venezolanas. Algunos de los resultados más destacados del proyecto son: la desarticulación voluntaria de 11 bandas delictivas, la reinserción de más de 200 jóvenes, así como cambios significativos en las conductas de los internos y en sus vínculos familiares.

Con esto se demuestra que el rugby, puede actuar como herramienta de reinserción social, ofreciendo vías alternativas a la represión punitiva tradicional (Jiménez, 2024)

#### - **Experiencia Unidad Carcelaria N.º 1 – Argentina**

En el año 2018, en la Unidad Carcelaria N.º 1 de Villa Las Rosas (Argentina), se llevó a cabo un programa de rugby con internos, en colaboración con la Fundación Espartanos. El equipo estaba formado por 20 internos, quienes participaban en clases físicas, teóricas y entrenamiento semanales.

Los resultados obtenidos fueron positivos: el 100% de los internos manifestó sentirse motivado y todos afirmaron haber mejorado su conducta. Se observaron transformaciones como un mayor respeto, disciplina, autocontrol y trabajo en equipo. Además, el personal penitenciario destacó una notable reducción de conflictos y una mejor convivencia entre los internos.

Esta experiencia demostró, al igual que la anterior, que el rugby puede llegar a ser una herramienta muy eficaz en contextos penitenciarios, al favorecer el desarrollo de valores y habilidades fundamentales para la reinserción social (Flores, 2018)

#### 2.3.4 Comparación del Rugby con otros deportes en la reinserción social

Tal y como hemos analizado, el deporte ha demostrado ser una herramienta muy útil dentro de los centros penitenciarios. Tanto el baloncesto como el rugby han tenido un impacto muy positivo, aunque desde enfoques diferentes. Un ejemplo de ello, es el programa de baloncesto desarrollado por la Fundación Real Madrid. Este proyecto fue muy bien recibido por todos los internos, quienes aseguraron haber tenido mejoras en su autoestima, motivación y relaciones sociales (Ortega et al., 2017). En el caso del rugby, se ha consolidado como una opción eficaz para trabajar valores como la disciplina, el respeto y la cohesión grupal. Además, se ha demostrado que ayuda a reducir la reincidencia y mejora el comportamiento de quienes participan (Pabón Estrella, 2025).

Aunque deportes como el boxeo o las artes marciales han mostrado ser efectivos para canalizar la agresividad y enseñar respeto por las normas (Moscoso et al., 2013), el rugby aporta una dimensión más amplia. Este deporte no solo exige disciplina y respeto, sino que también pone énfasis en el trabajo en equipo, el apoyo mutuo y la gestión emocional, convirtiéndolo en una herramienta completa para el desarrollo personal (Abad Arízaga, 2017).

Siguiendo esta línea, Llorach (2023) destaca cómo actividades físicas como el fútbol, el atletismo, la musculación o la pista americana han generado beneficios concretos en el bienestar emocional y relacional de los internos, ayudándoles a reducir la ansiedad y a recuperar su autoestima. Sin embargo, va un paso más allá al incorporar un componente mas formativo. Como bien argumentan Villavicencio y Quishpe (2019), este deporte transmite valores como la humildad, la solidaridad, la resiliencia y el compromiso con el grupo. Convirtiéndose de esta forma en una verdadera herramienta de reinserción social dentro del entorno penitenciario.

### **3. METODOLOGÍA**

#### **3.1 Diseño**

Esta investigación se ha desarrollado a partir de un enfoque metodológico mixto, combinando herramientas cualitativas y cuantitativas con el objetivo de ofrecer una comprensión más completa del fenómeno estudiado. Esta mezcla de metodologías permite triangular los resultados y enriquecer el análisis, aportando tanto una perspectiva profesional como la voz de los beneficiarios del programa.

El diseño de este tipo de metodologías mixtas resulta especialmente útil en investigaciones sobre fenómenos sociales complejos, ya que permite integrar datos numéricos con narrativas contextuales que aportan profundidad interpretativa (Pole, 2009).

#### **3.2 Muestra**

En este estudio, se ha utilizado una muestra no representativa. En total, participaron 11 internos que forman parte activa del programa de rugby en un centro penitenciario, así como un profesional implicado en el diseño y la implementación del mismo.

Este tipo de muestra se seleccionó de manera intencionada por su vinculación directa con el objeto de estudio: la práctica del rugby como herramienta de reinserción social.

#### **3.3 Recogida de datos e instrumentos**

Para la recogida de datos se llevaron a cabo las siguientes fases:

1. Revisión documental y análisis de la literatura especializada
2. Trabajo de campo mediante la aplicación de un cuestionario y la realización de una entrevista
3. Organización y análisis de los datos obtenidos

La primera fase consistió en recopilar información procedente de fuentes secundarias como libros, artículos científicos, normativa vigente y documentos institucionales, con el objetivo de contextualizar la investigación sobre el deporte como herramienta de reinserción social.

Una vez finalizado este trabajo teórico, se dio paso a la recogida de datos. El acceso a los participantes fue posible gracias a la colaboración del tutor de prácticas universitarias en la entidad de Cáritas, quien facilitó el contacto con el profesional del programa de rugby que fue entrevistado, así como los internos que forman parte del mismo y que posteriormente completaron el cuestionario.

Una vez confirmada la participación, se llevo a cabo una entrevista semiestructurada. La entrevista, constó de 12 preguntas abiertas, abordó temas relacionados con el papel del deporte en la reinserción social, el perfil de los internos participantes y la visión profesional sobre el impacto del programa. El guion completo se encuentra en el Anexo I.

La entrevista se realizó de forma individual y presencial, y fue grabada con el consentimiento del participante para facilitar su posterior análisis. Es importante recordar que la investigación cualitativa no busca generalizar resultados, sino entender en profundidad cómo viven y sienten las personas determinadas experiencias. Este enfoque permite captar los significados que los participantes dan a lo que les ocurre, teniendo en cuenta el contexto en el que se desarrolla su vida (Castaño y Quecedo, 2002).

Además, se diseñó un cuestionario, con el fin de recoger información cuantitativa sobre las percepciones, motivaciones y posibles cambios personales derivados de la practica deportiva. Este instrumento incluía tanto preguntas cerradas como escalas de valoración y su contenido completo puede consultarse en el Anexo II. Como señalan López – Roldán y Fachelli (2015), la encuesta constituye una técnica sistemática de recogida de datos que permite medir conceptos sociales previamente definidos y forma parte de un proceso más amplio que abarca desde el diseño del instrumento hasta el análisis e interpretación de los resultados.

### **3.4 Aspectos éticos**

En este estudio se han considerado cuidadosamente los aspectos éticos, tanto en cumplimiento de lo establecido en el Código Deontológico del Trabajo Social (2012) aprobado por el Colegio General en su asamblea extraordinaria de 2012, como en observancia de la normativa actual relacionada con la confidencialidad y el anonimato de la información.

Antes de realizar la entrevista, se entregó y explicó a la persona participante el documento de consentimiento informado (anexo III). En él se incluye toda la información relevante sobre el estudio: los objetivos, el procedimiento a seguir y las condiciones de confidencialidad y anonimato. El consentimiento fue firmado por ambas partes como garantía del compromiso ético y del respeto a los derechos de la persona entrevistada.

Para garantizar la confidencialidad y el anonimato de la persona entrevistada, se le asignó un código identificativo formado por la letra “E” (entrevistado/a). Esta medida, al igual que la gestión de los datos recogidos tanto en la entrevista como en los cuestionarios realizados, se adopto en cumplimiento de la Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales.

## 4. RESULTADOS DE LA INVESTIGACION

En este apartado se presenta el análisis de los resultados obtenidos a partir de la entrevista semiestructurada realizada al profesional del programa de rugby, así como de los cuestionarios cumplimentados por los internos participantes.

### 4.1 Resultados cuantitativos de los cuestionarios

#### Perfil sociodemográfico y penitenciario de participantes

Figura 2

*Edad de los participantes*



Fuente: Elaboración propia

<sup>1</sup> Tras recoger los cuestionarios, se observa que el 64% de los participantes tiene más de 30 años, mientras que el 36% tiene entre 21 y 25. La mayoría, supera la franja de los 18 a los 30 años, en la que inicialmente se centraba el estudio. Esto puede explicarse por el perfil general de la población del centro. Asimismo, recordamos que la juventud no se define solo por la edad, sino también por experiencias y condiciones sociales (Fernández, 2021; Taguenca, 2009). Por eso, aunque algunos participantes superen el rango, siguen enfrentando retos de esa etapa, como la búsqueda de identidad y estabilidad (Barrera–Herrera y Vinet, 2017).

---

<sup>1</sup> Aunque el estudio se centra en jóvenes varones adultos de entre 18 y 30 años, algunos de los participantes de la muestra superan esta franja de edad. No obstante, se han incluido sus respuestas en el análisis ya que enriquece la comprensión del objeto de investigación.

**Figura 3**

*Tiempo de estancia en el centro*



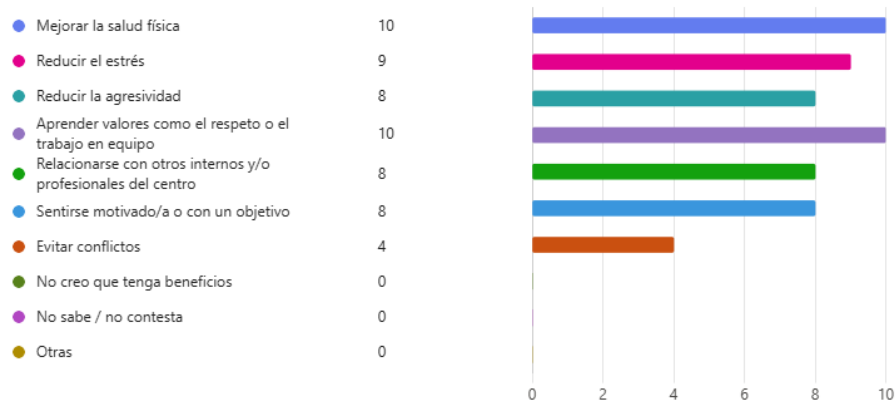
Fuente: Elaboración propia

Respecto al tiempo de estancia en el centro, vemos que los periodos más elevados son los de 1 a 3 años (36%) y los de más de 3 años (27%). Con esto observamos que la mayoría ha pasado un tiempo prolongado en prisión. Esto se debe a que estos jóvenes suelen arrastrar situaciones de vulnerabilidad estructural, como inestabilidad laboral o ruptura de vínculos sociales que dificultan su inclusión (Castel, 1995; Vázquez Brage, 2024). Además, se le añaden factores como el fracaso escolar o la desestructuración familiar (Pitarch y Uceda, 2015), que refuerzan los procesos de exclusión y la reincidencia.

## Percepciones generales sobre el deporte en prisión

**Figura 4**

*Beneficios del deporte para una persona que se encuentra en un centro penitenciario*



Fuente: Elaboración propia

Sobre los beneficios que los encuestados consideran que puede tener el deporte, los más mencionados fueron “mejorar la salud física” y “aprender valores como el respeto o el trabajo en equipo”. A estos les siguen “reducir el estrés”, “reducir la agresividad”, “relacionarme con otros internos” y “sentirme motivado”.

**Figura 5**

*Práctica de otros deportes en el centro penitenciario además del rugby*



Fuente: Elaboración propia

Como se observa, todos los participantes han practicado algún deporte en el centro, y 6 de ellos (aproximadamente un 54%) han participado en otras actividades deportivas además del rugby.

**Figura 6**

*Importancia del deporte como herramienta de cambio en el centro penitenciario*



Fuente: Elaboración propia

Respecto a la importancia que le dan al deporte en el centro penitenciario para la reinserción y transformación, concluimos que el 72,7% considera que le da muchísima importancia y el 27,3% bastante importancia.

Con las respuestas de este apartado, se refleja una valoración muy positiva sobre el uso del deporte en contextos penitenciarios. Como hemos expuesto antes, los beneficios más señalados fueron la mejora física, la reducción del estrés, la motivación personal y el aprendizaje en valores, lo que se alinea con lo planteado por Muntaner y Gago (2015) y Martos et al. (2009).

Además, el hecho del que el 100% de los encuestados haya practicado deporte y que todos lo valoren como una herramienta de cambio, refuerza lo que Pereda (2016) argumenta en su artículo: el deporte puede contribuir a la construcción de una identidad más positiva y favorecer el proceso de inclusión.

## Participación en el programa de rugby

**Figura 7**

*Participación actual en el programa de rugby del centro penitenciario*



Fuente: Elaboración propia

**Figura 8**

*Duración de la participación de los internos en el programa de rugby*



Fuente: Elaboración propia

Con esta grafica observamos que más de la mitad (55%) lleva en el programa de rugby más de 6 meses, y que el 27% lleva entre 3 y 6 meses.

**Figura 9**

*Frecuencia de participación en los entrenamientos o actividades de rugby*

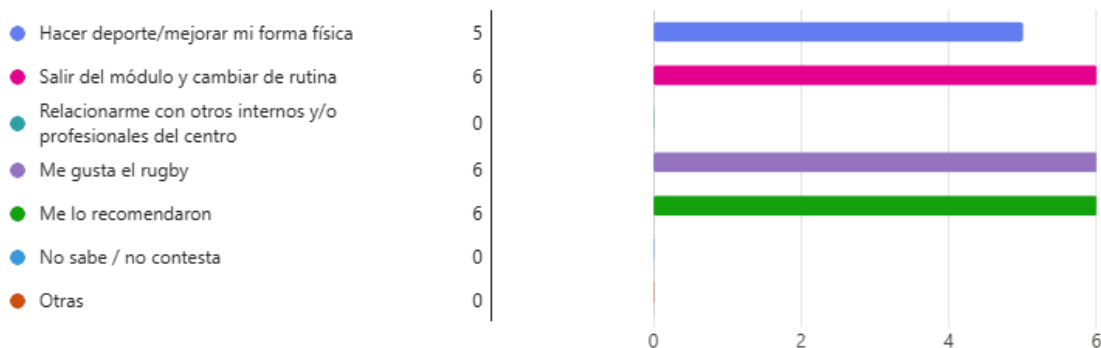


Fuente: Elaboración propia

La mayoría respondió que participa una vez por semana, lo cual coincide con la frecuencia real del programa, que suele realizarse los miércoles.

**Figura 10**

*Motivos por los que los internos comenzaron a practicar rugby*



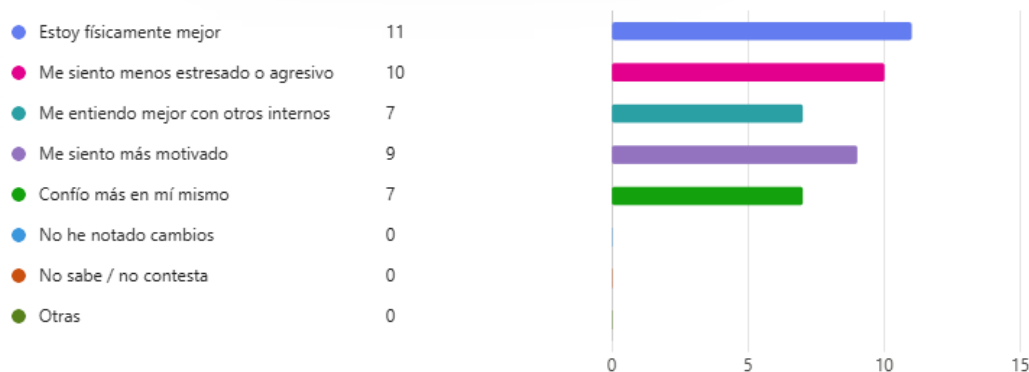
Fuente: Elaboración propia

Las respuestas más seleccionadas por los encuestados sobre qué les animó a practicar rugby fueron. “salir del modulo y cambiar de rutina”, “me lo recomendaron”, “me gusta el rugby” y “hacer deporte/mejorar mi forma física”. Estas motivaciones reflejan tanto un intereses personal como la búsqueda de bienestar físico y emocional, aspectos que coinciden con los expuestos por Muntaner y Gago (2015) y Martos et al. (2009).

## Impactos percibidos en el bienestar personal y la conducta

**Figura 11**

*Cambios percibidos por los internos tras comenzar a practicar rugby*



Fuente: Elaboración propia

Los cambios percibidos son mayoritariamente positivos. Todos afirman haber notado mejoras. El 100% afirma sentirse físicamente mejor (11), mientras que 10 señalan que se sienten menos estresados o agresivos. Nueve participantes afirman sentirse más motivados, siete confían más en sí mismos y también declaran entenderse mejor con otros internos.

**Figura 12**

*Nivel de acuerdo de los internos con afirmaciones sobre el impacto del rugby*



Fuente: Elaboración propia

Respecto a la afirmación “el rugby me ha ayudado a respetar a los demás”, 45,5 % votó 5 (muy de acuerdo), el 36,4% (4) y el 9,1% (3). En líneas generales, los participantes reconocen que el rugby ha favorecido al respeto hacia lo demás.

En cuanto al control emocional, el 18,2% voto (5), 36,4% (4) y 27,3% (3) y el 9,1% (2). Podemos decir entonces, que los participantes están bastante de acuerdo con que han mejorado su capacidad para gestionar emociones.

En relación con el sentimiento de pertenencia al grupo, el 63,6%(5) y el 18,2% (4) el resto contestó NS/NC. Al igual que las anteriores se evidencia un fuerte sentimiento de pertenencia gracias al rugby.

Sobre la percepción de sentirse mas fuerte física y mentalmente, el 54,5% (5) y el 27,3% (4), el resto eligió NS/NC. Como conclusión podemos decir que los internos perciben en general mejoras importantes en su fortaleza física y mental.

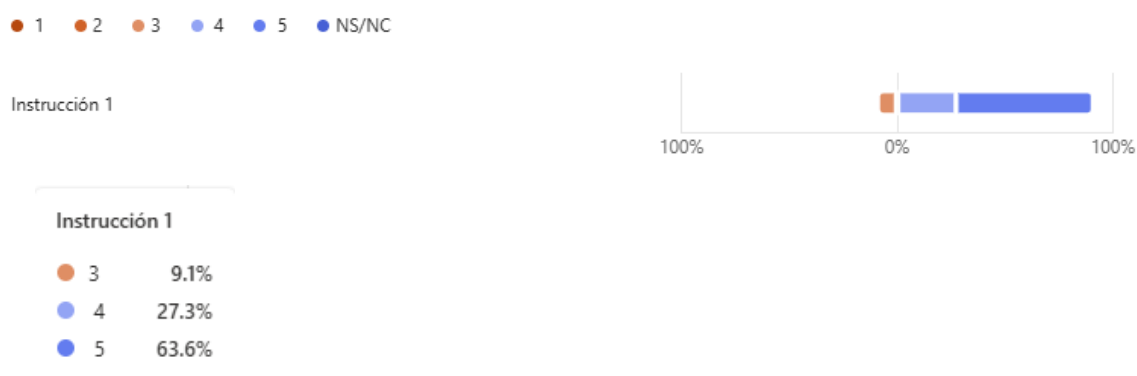
En cuanto a la mejora del comportamiento, el 36,4% (5), 36,4% (4), el 9,1% (3) y el 9,1% (2). Aunque las respuestas están distribuidas, la mayoría reconoce cambios positivos en su conducta.

Finalmente, respecto a “no volver a cometer delitos” el , 45,5% (5), el 18,2% (4) y (3)(2) un ) 9,1%. La opinión es variada también, no obstante se podría decir que una parte significativa percibe el programa como posible factor preventivo ante la reincidencia.

En cuanto al trabajo en equipo, el 54,4% marcó (5), el 9,1% (4) y el 18,2% (3). Estos resultados reflejan que el programa a nivel general ha tenido un impacto positivo en el desarrollo de las habilidades cooperativas.

### Figura 13

*Valoración del cambio positivo personal asociado a la práctica del rugby (escala del 1 al 5)*

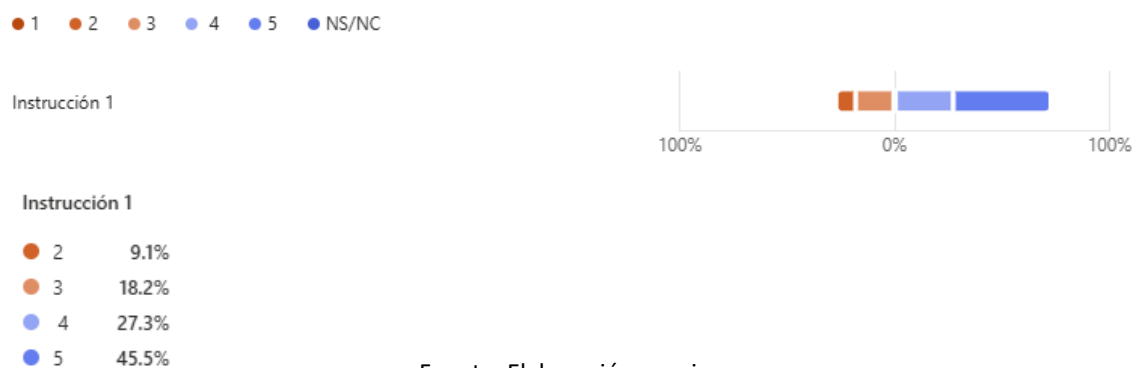


Fuente: Elaboración propia

El 63,6% de los participantes respondió que ha experimentado muchos cambios positivos en si mismo. El 36,4% señaló haber notado bastantes cambios y solo el 9,1% algunos cambios.

**Figura 14**

*Percepción del cambio en las relaciones interpersonales dentro del centro tras practicar rugby*



Una mayoría significativa percibe que sus relaciones con los demás ha mejorado desde que participa al rugby, el 45,5% ha mejorado mucho y el 27,3% ha mejorado algo.

**Figura 15**

*Nivel de apoyo percibido por los internos por parte de entrenadores y monitores del programa*



El 81,8% de los encuestados marcó que había sentido mucho apoyo de los entrenadores y monitores, el 9,1% eligió que un apoyo moderado y tan solo el 9,1% poco apoyo.

Los resultados de este apartado muestran y corroboran que el rugby ha tenido un impacto positivo en los participantes. La mayoría señala sentirse mejor físicamente, menos estresado y con más motivación y confianza en sí mismos.

Esto no sorprende si tenemos en cuenta que el rugby no es solo un deporte físico. Es sobre todo una herramienta educativa que transmite valores como el respeto, la disciplina, la solidaridad y la integridad (Villavicencio y Quishpe, 2019).

Que un 45,5% de los internos afirme que ha aprendido a respetar más a los demás, o que la gran mayoría haya mejorado su capacidad para trabajar en equipo, no es casualidad, ya que son aprendizajes que surgen del propio juego del rugby.

También es significativo que el 54,4% sienta que ha mejorado su control emocional. Esto encaja con la idea de que el rugby funciona como una especie de escuela emocional (Abad Arízaga, 2017), donde no solo se libera tensión, sino que se aprende a manejar los impulsos y tomar decisiones. Para finalizar me gustaría resaltar, que el 63,7% de los internos crea que este deporte puede ayudarle a no reincidir dice mucho del impacto del programa. Y es que el rugby no solo mejora como se sienten en el presente, sino que contribuye a la construcción de una nueva identidad y fortalece el compromiso con el proceso de cambio (Moreno et al., 2024; De Vicente Bañón, 2021).

### Valoración global del programa y proyección futura

Figura 16

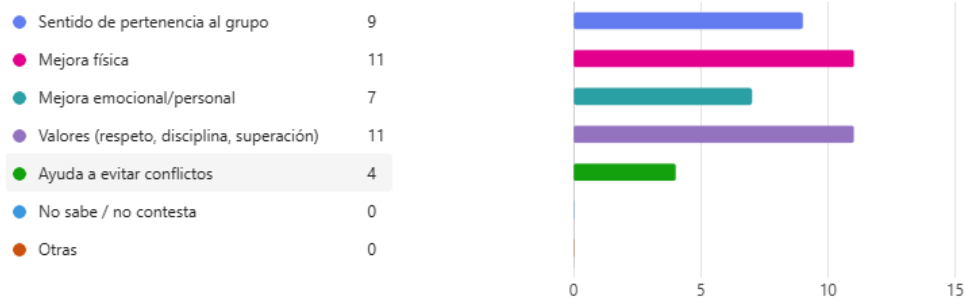
*Intención de seguir practicando rugby tras la salida del centro penitenciario*



Fuente: Elaboración propia

Figura 17

*Aspectos más valorados del rugby por los internos*



Fuente: Elaboración propia

**Figura 18**

*Intención de recomendar el programa de rugby a otros internos*



Fuente: Elaboración propia

En conclusión, los datos muestran una valoración muy positiva del programa. El 91% de los encuestados afirma que le gustaría seguir practicando rugby tras salir del centro y el 100% lo recomendaría. Los aspectos que más destacan son la mejora física, el desarrollo de valores y el sentido de pertenencia a un grupo. Esto confirma de nuevo que el rugby no es solo un deporte, sino una herramienta educativa con una fuerte dimensión ética capaz de desarrollar competencias clave para la reinserción (Villavicencio y Quishpe, 2019; Abad Arízaga, 2017)

## 4.2 Resultados cualitativos de la entrevista

### Origen y estructural del programa

El programa de rugby en el centro penitenciario nace de una colaboración entre el Club de Rugby El Salvador y Cáritas. Según explica el profesional, el club se encarga de la parte deportiva mientras que Cáritas aporta el componente humano, trabajando aspectos personales, emocionales y sociales con los internos.

*“Es un programa no solo deportivo, sino de desarrollo personal y nosotros desde Cáritas, lo que aportamos es esa parte. Lo hacemos a través de sesiones teóricas de aula”. (E)*

La actividad comenzó en 2019, inspirada en experiencias previas en Latinoamérica y otras iniciativas similares en España. Fue el resultado de un trabajo conjunto entre entidades comprometidas socialmente, que vieron en el rugby una oportunidad para generar impacto positivo en contextos de privación de libertad.

*“... todas las partes coincidimos en que era una herramienta muy potente y que había que apostar por esto”. (E)*

### Perfil de internos y su participación

Tal y como explica el trabajador social, los internos que participan en el programa suelen tener entre 20 y 30 años, aunque hay casos de alrededor de los 40 años. destaca que muchos se acercan al rugby por curiosidad, buscando una alternativa a la rutina del centro.

*“Suelen ser personas que sí, que han desarrollado actividades deportivas ...se acercan muchas veces sin saber lo que es, con la curiosidad de probar”. (E)*

Este dato se refleja también en los cuestionarios, donde una de las motivaciones más comunes para unirse fue “salir del módulo y cambiar de rutina”.

En cuanto al compromiso, el profesional explica que con el tiempo la implicación aumenta, aunque hay que trabajar ciertos aspectos.

*“Los chicos ven en el rugby una forma de pegarse legalmente ... tenemos que trabajar mucho con los chicos, el que entiendan que el contacto es parte del deporte y que es una herramienta más, pero que no es el objetivo”. (E)*

## **Impacto del programa en la conducta y relaciones**

En relación a los cambios que se han observado en los internos desde su participación en el programa, el profesional argumenta que, a través del rugby, los participantes aprenden a gestionar situaciones de tensión sin recurrir a la violencia.

*“... a mí lo que me cuentan los chicos es que les ayuda a evitar conflictos, como que desarrollan mucho más autocontrol que antes”. (E)*

Respecto a si el rugby puede contribuir a transformar patrones de conducta de masculinidad toxica, el entrevistado lo afirma con rotundidad. Explica que el deporte proporciona un entorno donde el uso de la fuerza física está permitido, pero dentro de unas reglas claras. Esto permite a los internos experimentar el contacto físico de forma controlada y respetuosa.

*“Lo que conseguimos es un laboratorio, por decirlo de alguna forma, donde ensayar otras formas de comportamiento... con un nivel de tensión emocional altísimo”. (E)*

## **Comparativa con otros programas y reinserción social**

Al comparar el rugby con otras actividades deportivas, el profesional destaca su singularidad. Aunque existen programas como fútbol, baloncesto o frontenis, subraya que el rugby aporta un componente formativo mucho más profundo.

*“Es un deporte que esta concebido para enseñar disciplina ... está diseñado para que te cueste todo muchísimo” (E)*

El entrevistado remarca la exigencia de normas, el respeto al arbitro y el fuerte componente ético que caracteriza al rugby. Señala también el impacto que tiene este código en contextos de exclusión.

*“En ambientes con problemas de conducta, este deporte funciona muy, muy bien. Yo siempre les digo a los chicos y a las chicas que el rugby bien entendido nos hace mejores personas”. (E)*

En cuanto al potencial del rugby para la reinserción social, el profesional es claro. Considera que la practica ayuda a interiorizar valores como el esfuerzo, la solidaridad, el respeto o el trabajo en equipo, con el objetivo de que estos se trasladen fuera del campo.

*“... en el momento en el que tu tienes otro modelo de conducta disponible al que has aprendido, puedes hacer otras cosas diferentes. Y ese es nuestro objetivo, ofrecer una segunda oportunidad a través de este código de valores. Y conducta”.(E)*

## Sostenibilidad y profesionalización

Uno de los principales desafíos para mantener este tipo de programas es la alta rotación de internos, especialmente en el caso de quienes tienen condenas cortas o proceden de contextos especialmente vulnerables.

*“Al final estamos intentando transformar una forma de conducta que lleva muchos años arraigada... vienen de contextos muy complicados... donde se castiga mucho ciertas conductas ... necesitamos margen para poder ofrecer otra alternativa”. (E)*

En cuanto al papel del trabajador social, el entrevistado destaca su importancia como figura puente entre el deporte y el proceso de reinserción. Reivindica el uso del deporte como una herramienta informal, cercana y eficaz, especialmente útil para conectar con perfiles que no toleran intervenciones tradicionales.

*“... no lo podemos hacer exclusivamente desde el despacho, porque son personas que no lo van a tolerar... si hacemos cosas divertidas con ellos, que tienen doble mensaje... eso nos permite trabajar mucho más cosas que aparentemente no estás haciendo”. (E)*

## **5. CONCLUSIONES**

Una vez alcanzado el final de este trabajo y con el objetivo de dar respuesta al planteamiento inicial, se recogen a continuación las principales conclusiones obtenidas tras analizar la información recogida mediante los cuestionarios y entrevistas realizadas a los participantes del programa del rugby. Desde el comienzo de esta investigación se planteó, que el deporte y en particular el rugby, podría ser mucho más que una actividad física en contextos penitenciarios. El trabajo realizado permite afirmar que, efectivamente, la práctica deportiva puede convertirse en una herramienta transformadora con impacto en distintos niveles del bienestar personal, social y conductual.

Uno de los hallazgos más claros fue que los internos no solo ven el deporte como una actividad física, sino como una vía real para sentirse mejor en muchos aspectos. La mayoría expresó que, desde que practican rugby, han notado cambios positivos en su estado de ánimo y en como se ven a sí mismos. Además, señalaron que se sienten más activos, con menos estrés y que tienen una mayor capacidad para manejar sus emociones.

Otro aspecto que destaca es el valor que los internos atribuyen al deporte como herramienta educativa. Muchos de ellos reconocen que el rugby les ha enseñado a trabajar en equipo, respetar a los demás y comprometerse con una actividad, lo cual demuestra que el deporte no solo promueve beneficios físicos, sino también el aprendizaje de competencias sociales. Además, el rugby no se presenta únicamente como una actividad estructurada, sino como una oportunidad para redefinirse y dar un nuevo sentido a su vida. Un 63,7% de los encuestados afirma que esta práctica podría ayudarles a no reincidir, lo que sugiere que no solo mejora su presente, sino que les ofrece una mirada distinta sobre su futuro.

Por otra parte, la entrevista con el profesional del programa permitió conocer mejor cómo se vive el deporte desde una mirada educativa. Según cuenta, el rugby no solo implica esfuerzo físico, sino que también se basa en una estructura ética firme. Gracias al contacto físico controlado y a la convivencia en equipo, los internos aprenden a manejar sus emociones, resolver conflictos y construir relaciones más sanas y respetuosas. El profesional comenta que muchos de ellos logran cambiar sus conductas, ligadas a la masculinidad tóxica, lo que refuerza de nuevo la idea de que el deporte puede ser un buen marco para el aprendizaje social.

En definitiva, los resultados de este estudio permiten afirmar que el programa de rugby no solo mejora el bienestar de los internos durante su tiempo en prisión, sino que también contribuye al desarrollo de habilidades, valores y actitudes fundamentales para su proceso de reinserción social. El rugby se presenta aquí como una intervención educativa de gran valor, que combina el ejercicio físico con la transformación personal y social, ofreciendo a los participantes una alternativa real al ciclo de exclusión.

## 6. REFERENCIAS

- Abad Arízaga, E. C. (2017). *Intervención deportiva con rugby para adolescentes infractores con trastornos disruptivos de la conducta* [Trabajo de titulación, Universidad San Francisco de Quito]. CORE. [160260099.pdf](#)
- Alonso Gutiérrez, J. (2023). *El trabajo social penitenciario: Hacia la reinserción social de las personas privadas de libertad* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid]. UVaDOC. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/62492>
- Añaños-Bedriñana, F. T., Llorente Moreno, L., & Chávez Torres, M. (2016). Educación y reinserción de los jóvenes en prisión. *RES: Revista de Educación Social*, (22), 262–277. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6442632>
- Arcos Alonso, A. (2021). *Análisis crítico sobre la construcción de la masculinidad en adolescentes de Bizkaia*. Fundación Solidaridad Internacional. <https://www.solidaridadsi.org/files/2021-04/analisis-critico-masculinidad-bizkaia-adolescente-compressed.pdf?863b1d1055>
- Arranz, M., Maneiro, L., Cutrín, O., & Gómez-Fraguela, X. A. (2023). Quebrantamientos de medidas privativas de libertad en jóvenes infractores y factores de riesgo diferenciales. *Revista Española De Investigación Criminológica*, 21(1), e846. <https://doi.org/10.46381/reic.v21i1.846>
- Aybar-Soltero, F. (2005). El deporte organizado como contexto social constructor y reproductor de una masculinidad limitante. *Revista De Educación De Puerto Rico (REduca)*, 38(1), 205–217. Recuperado a partir de <https://revistas.upr.edu/index.php/educacion/article/view/19283>
- Bardales Valencia, S. A. (2023). *El deporte como herramienta de prevención y reinserción social para niños, niñas y adolescentes en Chile*. [Trabajo fin de grado, Universidad de Chile]. Repositorio Académico Universidad de Chile. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/195959>
- Barrera-Herrera, Ana, & Vinet, Eugenia V. (2017). Adultez Emergente y características culturales de la etapa en universitarios chilenos. *Terapia psicológica*, 35(1), 47-56. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082017000100005>

- Caro Herrero, G. (2021). *El tratamiento penitenciario como llave para la reeducación y reinserción social*. *Gabilex: Revista del Gabinete Jurídico de Castilla-La Mancha*, (26), 217–242. Recuperado de [El tratamiento penitenciario como llave para la reeducación y reinserción social - Dialnet](#)
- Carreres Ponsoda, F. (2014). *Efectos, en los adolescentes, de un programa de responsabilidad personal y social a través del deporte extraescolar* [Tesis doctoral, Universidad de Alicante]. Universidad de Alicante. <http://hdl.handle.net/10045/37220>
- Castaño Garrido, C. M., & Quecedo Lecanda, M. R. (2002). Introducción a la metodología de investigación cualitativa. *Revista de Psicodidáctica*, (14), 5–40. [Introducción a la metodología de investigación cualitativa - Dialnet](#)
- Castel, R. (1995). *Las metamorfosis de la cuestión social: una crónica del salariado*. Paidós. [La metamorfosis de la cuestión social \(1995\)](#)
- Castillo Viera, E., Castillo Algarra, J., Acosta Acevedo, I., & Robles Rodríguez, J. (2017). Calidad y satisfacción con la vida, salud, resiliencia, felicidad y autoconcepto físico relacionado con la actividad física en un centro penitenciario. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (Extra 418), 225–231. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6803924>
- Cerdeño Egido, J. M. (2017). *La función social del deporte en prisión y su influencia sobre el comportamiento criminal desde una perspectiva extranjera y comparativa al sistema carcelario español: La actividad deportiva como factor social y como sistema profiláctico* [Tesis doctoral, Universidad de Murcia]. Repositorio institucional de la Universidad de Murcia. <http://hdl.handle.net/10952/2680>
- Chamarro Lusa, A., Blasco Blasco, T., & López Palenzuela, D. (1998). La práctica de ejercicio en las prisiones: Factores asociados a la iniciación y el mantenimiento. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 69–94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=654562>
- Consejo General del Poder Judicial. (s.f.). *Estadística de la Población Reclusa*. [Estadística de la Población Reclusa | CGPJ | Temas | Estadística Judicial | Estadística por temas | Datos penales, civiles y laborales | Cumplimiento de penas](#)
- Consejo General del Trabajo Social. (2012). Código Deontológico. Obtenido de Colegio Oficial de Trabajo Social Madrid: <https://historico.comtrabajosocial.com/paginas/codigo-dentontologico/>

- Consejo General del Trabajo Social. (2023). *Investigación sobre la situación del trabajo social en instituciones penitenciarias*.  
[https://www.cgtrabajosocial.es/files/64acfb1dc76/libro\\_penitenciaria072023.pdf](https://www.cgtrabajosocial.es/files/64acfb1dc76/libro_penitenciaria072023.pdf)
- De Dios Sánchez, M., & Filardo Llamas, C. (2019). El Trabajo Social Penitenciario: Un acercamiento teórico a la praxis de l@s trabajador@s sociales en los centros penitenciarios españoles. *Documentos de Trabajo Social: Revista de Trabajo y Acción Social*, 62, 157–172. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7639716>
- De Vicente Bañón, R. (2021). *Educación en valores y gamificación a través del rugby* [Trabajo de fin de grado, Universidad de Valladolid]. UVaDOC Repositorio Documental de la Universidad de Valladolid. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/47192>
- Del Pino, M. A., Bustamante, H. A., Ojeda, S. H., Fernández, D. A., Romano, C. C., & Romano, C. S. (2011). La vulnerabilidad adolescente: elementos conceptuales para su estudio y abordaje. *Informe Científico Técnico UNPA*, 3(3), 62–80.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5123611>
- Díez Mintegui, M. C. (1996). *Deporte y construcción de las relaciones de género*. *Gazeta de Antropología*, (12). <https://doi.org/10.30827/digibug.13591>
- EAPN España. (2024). *Banco de datos: Indicadores AROPE por edad*. Observatorio de la Pobreza. <https://www.observatoriopobreza.org/banco-datos.php?b=2#79>
- EAPN España. (s. f.). *Glosario: Conceptos*. Observatorio de la Pobreza. [Glosario: Conceptos. Observatorio de la Pobreza. EAPN España](#)
- Escobar Mercado, M. (2024). Desviación, desigualdad, polarización medidas de la diversidad social. *Revista Española De Investigaciones Sociológicas*, (82), 9–36. [Desviación, desigualdad, polarización medidas de la diversidad social | Revista Española de Investigaciones Sociológicas](#)
- Esteban Hernández, M. Á. (2016). *El perfil sociopsicológico de la conducta desviada en la adolescencia: Un análisis multinivel de las características sociopsicológicas relacionadas con la conducta desviada* [Tesis doctoral, Universidad de Córdoba]. UCOPress. <http://hdl.handle.net/10396/13768>
- Etchezahar, E. (2014). La construcción social del género desde la perspectiva de la Teoría de la Identidad Social. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 25(49), 128–142. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4901872>

- Facal Fondo, T. (2015). Contextualización del trabajo social penitenciario: situación actual. *Servicios Sociales y Política Social*, 109, 11-20 [Contextualización del trabajo social penitenciario: situación actual](#)
- Fernández Bermejo, D. (2014). *Individualización científica y tratamiento en prisión*. Secretaría General de Instituciones Penitenciarias, Ministerio del Interior. [Individualización científica y tratamiento en prisión](#)
- Fernández Poncela, A. M. (2021). Juventudes, definición y autorreflexión. *Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*, 10(19), 99–121. <https://doi.org/10.23913/ricsh.v10i19.236>
- Filardo Llamas, C., Sánchez Craus, E., & Tamayo Gallego, L. (2022). Apoyos sólidos, reinserción social y desistimiento delictivo. *Cuadernos de Trabajo Social*, 35(2), 145–156. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8959400>
- Flores, R. F. (2018). *Incidencia del rugby en la conducta de las personas privadas de libertad* [Tesis de licenciatura, Universidad Católica de Salta]. Biblioteca Digital UCASAL. [https://bibliotecas.ucasal.edu.ar/opac\\_css/index.php?lvl=cmspage&pageid=24&id\\_notice=64993](https://bibliotecas.ucasal.edu.ar/opac_css/index.php?lvl=cmspage&pageid=24&id_notice=64993)
- Fundación Club de Rugby El Salvador & Cáritas Diocesana de Valladolid. (2025). *In contraria ducet: Proyecto de intervención educativa desde el deporte en el Centro Penitenciario de Valladolid*. [Informe no publicado].
- Galdón-López, S., Fernández-García-Valdecasas, B. ., & Álvarez-Ferrándiz, D. (2023). Anger and physical activity. A study in college students. *SPORT TK-EuroAmerican Journal of Sport Sciences*, 12, 8. <https://doi.org/10.6018/sportk.568321>
- Gallardo García, R. M. (2017). Los programas y actividades del tratamiento penitenciario: la necesaria adaptación de la norma. *Anuario da Facultade de Dereito da Universidade da Coruña*, 20, 139–160. <https://doi.org/10.17979/afdudc.2016.20.0.1918>
- García López, V. (2019). Programas específicos de tratamiento en las prisiones españolas: control de la agresión sexual, atención integral a enfermos mentales y unidades terapéuticas y educativas. *Revista de Estudios Socioeducativos. ReSed*, (7), 184–200. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/230897423.pdf>
- García Toro, V. I. (2000). Tratamiento social penitenciario: en busca de nuevos paradigmas. *Análisis*, 2(1), 31–50. <https://doi.org/10.54114/revanlisis.v2i1.13483>

- García Toro, V. I. (2009). Reflexiones en torno a género masculino, violencia y Trabajo Social en el contexto penitenciario. *Análisis*, 10(1), 243–276. <https://doi.org/10.54114/revanlisis.v10i1.13115>
- García, J. Á. B. (2015). *La evolución del sistema penitenciario español, 1995-2014: Transformaciones de la penalidad y modificación práctica de la realidad penitenciaria*. <https://revistes.ub.edu/index.php/CriticaPenalPoder/article/view/11616>
- Golovanevsky, L. (2007). *Vulnerabilidad social: una propuesta para su medición en Argentina*. Revista de Economía y Estadística, 45(2), 53–94. <https://doi.org/10.55444/2451.7321.2007.v45.n2.3840>
- Gómez Pastor, L, Bravo Cucci, SD, & Vera-Remartínez, EJ. (2018). Physical activity in prison: should it be a first-line healthcare intervention?. *Revista Española de Sanidad Penitenciaria*, 20(1), 32–34. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2013-64632018000100006&lng=es&tlng=en](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2013-64632018000100006&lng=es&tlng=en).
- Gutiérrez Pérez, P. O., Pérez Ramírez, B., Ruíz Villa, A. K., Díaz Pontones, M., Bernard Lair, E. M., Alarcón Zaragoza, C., Erazo Ordaz, A. R., Fregoso Centeno, A., & Guzmán Ramírez, G. (2024). En la cárcel de tu piel: masculinidades en prisión: identidades, cuerpos y emociones. *Universidad de Guadalajara, Centro Universitario de Ciencias Sociales y Humanidades*. <https://biblioteca-repositorio.clacso.edu.ar/handle/CLACSO/253172>
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy: A Review of Meta-analyses. *Cognitive therapy and research*, 36(5), 427–440. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>
- Jacho Ramos, J. A. (2023). La actividad física y la inteligencia emocional en adolescentes. *MENTOR Revista De investigación Educativa Y Deportiva*, 2(6), 1177–1198. <https://doi.org/10.56200/mried.v2i6.6333>
- Jiménez, A. L. . (2024). Proyecto Alcatraz: Una respuesta ante el fenómeno delictivo en Venezuela. *Analogías Del Comportamiento*, (24), 26–33. Recuperado a partir de <https://revistasenlinea.saber.ucab.edu.ve/index.php/analogias/article/view/6764>
- Juan Toset, E. M. (2009). Vulnerabilidad, exclusión social, desigualdad y ciudadanía: El trabajo social ante situaciones de desigualdades estructurales. *Documentos de Trabajo Social: Revista de Trabajo y Acción Social*, (45), 49–57. [Vulnerabilidad, exclusión social](#),

[desigualdad y ciudadanía. El trabajo social ante situaciones de desigualdades estructurales. - Dialnet](#)

Llorach, M., Soler, S., & Martos García, D. (2019). EL PAPEL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN UN MODELO DE PARTICIPACIÓN Y CONVIVENCIA DE UN CENTRO PENITENCIARIO. *Revista Española De Educación Física Y Deportes*, (426), Pág: 353–361. <https://doi.org/10.55166/reefd.vi426.800>

Llorach-Segalá, M. (2023). El deporte como oportunidad y herramienta de bienestar en los centros penitenciarios para facilitar la inclusión. *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 26(3), 103–115. <https://doi.org/10.6018/reifop.574681>

López Moreno, I., & Saban Vera, C. (2021). El perfil socioeducativo de la juventud penitenciaria de Madrid: antecedentes y delimitaciones. Una propuesta para intervenir desde la Educación Social. *RES: Revista de Educación Social*, (33), 412–432. [El perfil socioeducativo de la Juventud Penitenciaria de Madrid: antecedentes y delimitaciones. Una propuesta para intervenir desde la Educación Social - Dialnet](#)

López Muñiz, G., Vázquez Cano, E., Jaenes Sánchez, J. C., & López Meneses, E. (2018). Teaching and Training of Rugby Coaches in Cadiz. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 134, 84-94. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/4\).134.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/4).134.06)

López-Roldán, P. & Fachelli, S. (2015). La encuesta. En P. López-Roldán & S. Fachelli (Eds.), *Metodología de la investigación social cuantitativa* (Cap. II.3). Universitat Autònoma de Barcelona. <https://ddd.uab.cat/record/163567>

Martín Solbes, V. M. (2008). Estudio socioeducativo de los jóvenes internados en las prisiones andaluzas. *Revista Española De Investigación Criminológica*, 6, 1–25. <https://doi.org/10.46381/reic.v6i.38>

Martínez Antón, M., & Fernández Ciruelos, Á. (2016). La actividad físico-deportiva, sus beneficios en centros penitenciarios: Una aplicación en el centro penitenciario de Burgos. *Papeles Salmantinos de Educación*, 20, 133–157. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6228587>

Martos García, D., Devís Devís, J., & Sparkes, A. C. (2009). Deporte entre rejas. ¿Algo más que control social?. *Revista Internacional De Sociología*, 67(2), 391–412. <https://doi.org/10.3989/RIS.2007.07.26>

- Melero, M. L. (2012). *Evolución de los sistemas penitenciarios y de la ejecución penal*. Dialnet.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4133556>
- Merton, R. K. (1938). Social structure and anomie. *American Sociological Review*, 3(5), 672–682.  
<https://www.csun.edu/~snk1966/Robert%20K%20Merton%20-%20Social%20Structure%20and%20Anomie%20Original%201938%20Version.pdf>
- Ministerio del Interior. (2024). *Informe general 2023*. Secretaría General de Instituciones Penitenciarias.  
[https://www.institucionpenitenciaria.es/documents/20126/2900336/Informe\\_General\\_2023\\_12615039X\\_pdfWEB.pdf](https://www.institucionpenitenciaria.es/documents/20126/2900336/Informe_General_2023_12615039X_pdfWEB.pdf)
- Ministerio del Interior. (30 de septiembre, 2022). 8 de cada 10 personas no vuelven a prisión tras cumplir una pena privativa de libertad. *Ministerio del Interior*. [Ministerio del Interior | 8 de cada 10 personas no vuelven a prisión tras cumplir una pena privativa de libertad](#)
- Moreno-Guaicha, J. A., Mena-Zamora, A. A., Tirado-Espín, A., & Escobar-Córdova, S. K. (2024). Rugby como alternativa dentro de los procesos de reinserción social del Colectivo Calle, Paz y Respeto. *Revista De Ciencias Sociales*, 30(1), 313-330.  
<https://doi.org/10.31876/rcs.v30i1.41658>
- Moscoso, D., Pérez, A., Muñoz, V., González, M., & Rodríguez-Morcill, L. (2013). EL DEPORTE DE LA LIBERTAD. *ANDULI, Revista Andaluza De Ciencias Sociales*, (11), 55–69. Recuperado a partir de <https://revistascientificas.us.es/index.php/anduli/article/view/3654>
- Moya Grijalva, P. (2015). Ejercicio profesional de trabajo social en un reclusorio. *Savia: Revista de investigación e intervención social*, (Número especial 13), 73–74. [Ejercicio profesional de trabajo social en un reclusorio - Dialnet](#)
- Mundet Bolós, A. ., Simó Solsona, M. ., Crespo Forte, R. ., Batalla Flores, A., & Lleixà Arribas, T. (2024). Actividad física y resiliencia. Una práctica en Europa para la inclusión social (Physical activity and resilience. A practice in Europe for social inclusion). *Retos*, 53, 17–27. <https://doi.org/10.47197/retos.v53.100245>
- Muntaner Mas, A., & Gago Guillén, A. M. (2015). El deporte como medio de reinserción social en Instituciones Penitenciarias. *Trances: Revista de Transmisión del Conocimiento Educativo y de la Salud*, 7(2), 273–298.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6427543>

- Novo, M., Seijo, D., & Vilariño, M. (2008). Competencia social en menores en riesgo de desviación social y familiar. En F. J. Rodríguez Díaz & C. Bringas Molleda (Coords.), *Psicología jurídica: familia y victimología* (pp. 193–198). Ediciones Aljibe. [Competencia social en menores en riesgo de desviación social y familiar - Dialnet](#)
- Observatorio de Juventud de las Illes Balears (OBJIB)-La juventud como etapa de transición o como condición vital.* (s. f.). [Observatorio de Juventud de las Illes Balears \(OBJIB\)-La juventud como etapa de transición o como condición vital](#)
- Ortega, G., Abad, M. T., Giménez, F. J., Durán, L. J., Franco, J., Jiménez, A. C., & Robles, J. (2017). Satisfacción de los internos de centros penitenciarios con el programa deportivo educativo de baloncesto desarrollado por la Fundación Real Madrid. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(3), 143–148. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6289830>
- Pabón Estrella, C. A. (2025). *El rol de la pena privativa de libertad y el proceso efectivo de la rehabilitación en las personas* [Trabajo de titulación, Universidad del Pacífico]. Repositorio Institucional UPacífico. <https://uprepositorio.upacifico.edu.ec/handle/123456789/976>
- Pereda Azofra, A. (2016). El deporte como medio de rehabilitación y reinserción social en el sistema penitenciario español. *REDUR: Revista de Derecho y Recursos Humanos*, (14), 259-294. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5853740>
- Pitarch Garrido, M. D., & Uceda I Maza, F. (2015). Análisis de la exclusión a partir de la delincuencia juvenil en la ciudad de Valencia. El territorio como base para la intervención. *Boletín De La Asociación De Geógrafos Españoles*, (69). <https://doi.org/10.21138/bage.1890>
- Pole, K. (2009). Diseño de metodologías mixtas: Una revisión de las estrategias para combinar metodologías cuantitativas y cualitativas. *Renglones. Revista arbitrada en ciencias sociales y humanidades*, (60), 37–42. <http://hdl.handle.net/11117/252>
- Ponce, J. S., & García Martínez, M. A. (2020). Factores generadores de desviación social: Un análisis desde factores sociales. *Hegemonía: Revista de Ciencias Sociales*, 29(29), 130–153. <https://doi.org/10.47695/hegemonia.vi29.309>

- Ramírez Rodríguez, J. C., Gómez González, M. del P., Gutiérrez de la Torre, N. C., & Sucilla Rodríguez, M. V. (2017). Masculinidades y emociones como construcciones socioculturales: una revisión. *Masculinidades y Cambio Social*, 6(3), 217–256. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6152930>
- Ramos Ojeda, D. (2019). Entendiendo la vulnerabilidad social: una mirada desde sus principales teóricos. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 7(1), 139-154. Epub 01 de septiembre de 2019. Recuperado en 03 de junio de 2025, de [Entendiendo la vulnerabilidad social: una mirada desde sus principales teóricos](#)
- Rey Bellot, M. (2015). *El sistema penitenciario español: especial referencia a la libertad condicional* [Trabajo fin de grado, Universidad de Almería]. riUAL. <http://hdl.handle.net/10835/3530>
- Ríos Góngora, M. del R., & Madera García, R. (2011). Potencialidades de las actividades físico-deportiva-recreativas para la reinserción social de los adolescentes con conducta delictiva. *Olimpia: Publicación científica de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*, 8(28), 173–180. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210740>
- Rivera Ortega, A. (2024). Trabajo social en el sistema penitenciario. Experiencia en Jalisco/México. *Trabajo Social UNAM*, (35), 145–156. Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/ents/article/view/89523>
- Rubio-Guzmán, E. M., & Urra-Canales, M. . (2024). Critical Analysis of Aggressive Masculinity and Protective Femininity in Adolescents and Young Adults. *Masculinities & Social Change*, 13(2), 100–129. <https://doi.org/10.17583/mcs.12582>
- Sánchez Alías, A., y Jiménez Sánchez, M. (2013). Exclusión social: Fundamentos teóricos y de la intervención. *Trabajo Social Global – Global Social Work: Revista de investigaciones en intervención social*, 3(4), 133–156. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5304697>
- Scialfa Falcão, R. (2017). El proyecto “raíces do futuro” en el instituto rugby para todos: informe de una experiencia. *Revista Española De Educación Física Y Deportes*, (417), Pág. 107–128. <https://doi.org/10.55166/reefd.vi417.550>
- Secretaría General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Agresores sexuales*. Ministerio del Interior. [Agresores sexuales - Instituciones Penitenciarias](#)

- Secretaría General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Enfermos mentales*. Ministerio del Interior. [Enfermos mentales - Instituciones Penitenciarias](#)
- Secretaria General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Establecimientos penitenciarios*. Ministerio del Interior. [Información establecimientos penitenciarios - Instituciones Penitenciarias](#)
- Secretaria General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Fin y principios*. Ministerio del Interior. [Fin y principios - Instituciones Penitenciarias](#)
- Secretaría General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Módulos terapéuticos*. Ministerio del Interior. [Módulos terapéuticos - Instituciones Penitenciarias](#)
- Secretaría General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Programa Individualizado de Tratamiento (PIT)*. Ministerio del Interior. Recuperado el 20 de abril de 2025, de [Programa individualizado de tratamiento \(PIT\) - Instituciones Penitenciarias](#)
- Secretaría General de Instituciones Penitenciarias. (s.f.). *Programas específicos de intervención*. Ministerio del Interior. Recuperado el 20 abril de 2025, de [Programas específicos de intervención - Instituciones Penitenciarias](#)
- Sosa Córdón , F. (2025). Las teorías de la desviación social, etiquetamiento y construcción social del delincuente. *Revista Diversidad Científica*, 5(1), 29–41. <https://doi.org/10.36314/diversidad.v5i1.147>
- Taguena Belmonte, Juan Antonio. (2009). El concepto de juventud. *Revista mexicana de sociología*, 71(1), 159-190. Recuperado en 29 de mayo de 2025, de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-25032009000100005&lng=es&tlng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-25032009000100005&lng=es&tlng=es)
- Torres López, J. J. (2024). *La emergencia de la reinserción social de las personas privadas de libertad en el Derecho internacional de los derechos humanos: Aportaciones desde el modelo catalán de reinserción*. Ministerio del Interior. [La emergencia de la reinserción social de las personas privadas de libertad en el derecho internacional de los derechos humanos: aportaciones desde el modelo catalán de reinserción](#)
- Uceda-Maza, F. X., y Domínguez Alonso, J. (2017). Vinculación entre la vulnerabilidad y la exclusión social y las trayectorias delictivas: Un estudio de asociación. *Psychosocial Intervention*, 26(1), 29–37. <https://doi.org/10.1016/j.psi.2016.07.003>

- Universidad de Valladolid. (2024). *Guía docente: Trabajo Fin de Grado de Trabajo Social, curso 2024/25*. [Guía docente de la asignatura](#)
- Vázquez Brage, M. B. (2024). Análisis del concepto de vulnerabilidad social y urbana: Los componentes de la vulnerabilidad. En S. Olivero Guidobono & C. L. Paz Reverol (Coords.), *Alteridades: voces, pieles y géneros entre la discriminación y la inclusión social* (pp. 463–482). Tirant Humanidades. [Análisis del concepto de vulnerabilidad social y urbana: los componentes de la vulnerabilidad - Dialnet](#)
- Vidiella, J., Herraiz, F., Hernández, F., & Sancho, J. M. (2010). Masculinidad hegemónica, deporte y actividad física. *Movimiento*, 16(4), 93-115. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115316963006>
- Villavicencio Redrobán, V. H., & Quishpe Gaibor, J. S. (2019). Un deporte llamado rugby y su aporte al desarrollo de la ética de los jóvenes. *Revista Caribeña de Ciencias Sociales*, (11). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9075583>
- Ward, T. (2002). *Good lives and the rehabilitation of offenders: Promises and problems. Aggression and Violent Behavior*, 7(5), 513–528. [https://doi.org/10.1016/S1359-1789\(01\)00076-3](https://doi.org/10.1016/S1359-1789(01)00076-3)
- Zambrano Constanzo, A., & Pérez-Luco Arenas, R. (2004). Construcción de Identidad en Jóvenes Infractores de Ley, una Mirada desde la Psicología Cultural. *Revista De Psicología*, 13(1), Pág. 115–132. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2004.17491>
- Zubiaur-González, M. (2017). ¿Se puede considerar el deporte como un instrumento de integración social de la población reclusa española?. *Ágora Para La Educación Física Y El Deporte*, 19(1), 1–18. <https://doi.org/10.24197/aefd.1.2017.1-18>
- Zubillaga, V., y Briceño-León, R. (2001). Exclusión, masculinidad y respeto. *Nueva sociedad*, 173, 34-48. [04 Ap zubillaga 173](#)

## LEGISLACIÓN

Constitución Española, 29 de diciembre de 1978. *Boletín Oficial del Estado*.

<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-1978-31229>

Ley Orgánica 1/1979, de 26 de septiembre, General Penitenciaria. *Boletín Oficial del Estado*.

<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-1979-23708>

Ley Orgánica 3/1979, de 18 de diciembre, de Estatuto de Autonomía para el País Vasco. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 306, de 22 de diciembre de 1979.

<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-1979-30177>

Real Decreto 190/1996, de 9 de febrero, por el que se aprueba el Reglamento Penitenciario.

*Boletín Oficial del Estado*, núm. 40, de 15 de febrero de 1996.

<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-1996-3307>

Ley Orgánica 6/2006, de 19 de julio, de reforma del Estatuto de Autonomía de Cataluña. *Boletín Oficial del Estado*, núm. 172, de 20 de julio de 2006.

<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2006-13087>

## 7. ANEXOS

### ANEXO I. GUIÓN ENTREVISTA



#### GUIÓN ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA

Esta entrevista forma parte de mi Trabajo de Fin de Grado sobre el impacto del rugby como herramienta de reinserción social en jóvenes reclusos. La información será tratada de forma anónima y confidencial. Antes de comenzar, ¿prefiere que le trate de “tú” o de “usted”?

1. ¿Cuál es su función dentro del proyecto y qué papel desempeña en el programa de rugby?
2. ¿Cómo y por qué se decidió incluir el rugby como actividad dentro del centro penitenciario?
3. ¿Qué perfil de internos suele participar en el programa de rugby? (edad, trayectorias, motivaciones...)
4. ¿Cómo es la implicación y el nivel de compromiso de los participantes durante las sesiones?
5. ¿Qué cambios ha observado en los internos desde que participan en el programa de rugby?
6. ¿Creé que el rugby puede ayudar a transformar patrones de conducta asociados a una masculinidad tóxica o violenta?
7. ¿Qué diferencia al rugby de otras actividades deportivas o programas ofrecidos en prisión?
8. Desde su punto de vista, ¿puede el rugby contribuir al proceso de reinserción social?
9. ¿Qué dificultades encuentran para desarrollar o mantener este tipo de programas?
10. ¿Recomendaría este tipo de iniciativas a otros centros penitenciarios? ¿Por qué?
11. ¿Qué papel cree que tiene el trabajador social en vincular el deporte con la reinserción?
12. ¿Hay algo que no te haya preguntado y quieras añadir?

## ANEXO II. GUIÓN CUESTIONARIO

Hola, mi nombre es Aitana y soy estudiante del Grado en Trabajo Social en la Universidad de Valladolid. Actualmente estoy realizando mi Trabajo de Fin de Grado y necesito tu colaboración para conocer mejor cómo influye la práctica deportiva en el proceso de reinserción social de los internos.

Tu participación es complementemente **voluntaria y anónima**. No hay respuestas correctas o incorrecta. Tus respuestas me ayudarán a reflexionar sobre el papel del deporte, y en particular del rugby, en el bienestar personal, las relaciones dentro del centro y el proceso de reinserción social. Te llevará solo unos minutos.

**1. Edad:**

- ☐ Menos de 20 años
- ☐ 21-25 años
- ☐ 26-30 años
- ☐ Más de 30 años
- ☐ No sabe / no contesta

**2. ¿Cuánto tiempo llevas en este centro?**

- ☐ Menos de 6 meses
- ☐ Entre 6 meses y 1 año
- ☐ Entre 1 y 3 años
- ☐ Más de 3 años
- ☐ No sabe / no contesta

**3. ¿Qué beneficios crees que puede tener el deporte para una persona que se encuentra en un centro penitenciario?**

*(Puedes marcar más de una opción)*

- ☐ Mejorar la salud física
- ☐ Reducir el estrés
- ☐ Reducir la agresividad
- ☐ Aprender valores como el respeto o el trabajo en equipo
- ☐ Relacionarse con otros internos y/o profesionales del centro
- ☐ Sentirse motivado/a o con un objetivo
- ☐ Evitar conflictos
- ☐ No creo que tenga beneficios
- ☐ Otro (especificar) : \_\_\_\_\_
- ☐ No sabe / no contesta

**4. Has practicado otros deportes dentro del centro, además del rugby?**

☐ Sí

☐ No

☐ No sabe / no contesta

Si respondiste "Sí", ¿cuáles? \_\_\_\_\_

**5. Del 1 al 5, ¿qué importancia crees que tiene el deporte dentro del centro penitenciario como herramienta para cambiar o mejorar a las personas?**

**(1 = Ninguna importancia / 5 = Muchísima importancia)**

| 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | NS/NC                    |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

1 = Ninguna importancia

2 = Poca importancia

3 = Importancia media

4 = Bastante importancia

5 = Muchísima importancia

**6. ¿Participas actualmente en el programa de rugby del centro?**

☐ Sí

☐ No

☐ No sabe / no contesta

Si respondiste "No", puedes finalizar el cuestionario. ¡Gracias por tu tiempo!

**7. ¿Durante cuánto tiempo has estado participando en el programa?**

☐ Menos de 1 mes

☐ 1-3 meses

☐ 3-6 meses

☐ Más de 6 meses

☐ No sabe / no contesta

**8. ¿Con qué frecuencia participas en los entrenamientos o actividades de rugby?**

☐ Una vez por semana

☐ Dos veces por semana

☐ Más de dos veces por semana

☐ De forma irregular

☐ No sabe / no contesta

**9. ¿Qué hizo que te animases a realizar este deporte? (Respuesta múltiple)**

- ☐ Hacer deporte/mejorar mi forma física
- ☐ Salir del módulo y cambiar de rutina
- ☐ Relacionarme con otros internos y/o profesionales del centro
- ☐ Me gusta el rugby
- ☐ Me lo recomendaron
- ☐ Otro (especificar) : \_\_\_\_\_
- ☐ No sabe / no contesta

**10. ¿Qué cambios has notado en ti desde que empezaste a jugar al rugby? (marca los que se aplican)**

- ☐ Estoy físicamente mejor
- ☐ Me siento menos estresado o agresivo
- ☐ Me entiendo mejor con otros internos
- ☐ Me siento más motivado
- ☐ Confío más en mí mismo
- ☐ No he notado cambios
- ☐ Otros: \_\_\_\_\_
- ☐ No sabe / no contesta

**11. Marca tu grado de acuerdo con estas frases: (Escala de 1 a 5: 1 = Nada de acuerdo, 5 = Muy de acuerdo)**

|                                                                        | 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | NS/NC                    |
|------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| El rugby me ha ayudado a respetar a los demás                          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| He aprendido a controlar mejor mis emociones                           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Me siento parte de un grupo                                            | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| El rugby me hace sentirme más fuerte física y mentalmente              | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Esta actividad me ha ayudado a mejorar mi comportamiento en el centro  | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Creo que esta experiencia puede ayudarme a no volver a cometer delitos | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| He mejorado mi capacidad para trabajar en equipo                       | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

**12. ¿Crees que ha habido cambios en ti positivos desde que realizas este deporte?**

*(1 = Ningún cambio positivo / 5 = Muchos cambios positivos)*

| 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | NS/NC                    |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

1 = Ningún cambio positivo  
2 = Cambios muy pequeños  
3 = Algunos cambios  
4 = Bastantes cambios  
5 = Muchos cambios positivos

**13. Desde que practicas rugby, ¿ha cambiado tu relación con las demás personas del centro: tanto internas como profesionales?**

*(1 = Ha empeorado mucho / 5 = Ha mejorado mucho)*

| 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | NS/NC                    |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

1 = Ha empeorado mucho  
2 = Ha empeorado algo  
3 = No ha cambiado  
4 = Ha mejorado algo  
5 = Ha mejorado mucho

**14. ¿Sientes que los entrenadores o monitores te han apoyado durante el programa?**

*(1 = Nada / 5 = Mucho)*

| 1                        | 2                        | 3                        | 4                        | 5                        | NS/NC                    |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

1 = Nada de apoyo  
2 = Poco apoyo  
3 = Apoyo moderado  
4 = Bastante apoyo  
5 = Mucho apoyo

**15. ¿Te gustaría seguir practicando rugby cuando salgas del centro?**

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ No lo sé
- ☐ No sabe / no contesta

**16. ¿Qué aspectos del rugby te han resultado más positivos? (Respuesta múltiple)**

- ☐ Sentido de pertenencia al grupo
- ☐ Mejora física
- ☐ Mejora emocional/personal
- ☐ Valores (respeto, disciplina, superación)
- ☐ Ayuda a evitar conflictos
- ☐ Otro (especificar): \_\_\_\_\_
- ☐ No sabe / no contesta

**17. ¿Recomendarías este programa de rugby a otros internos?**

- ☐ Sí
- ☐ No
- ☐ No estoy seguro
- ☐ No sabe / no contesta

**18. ¿Si has respondido "Sí" en la pregunta anterior, ¿por qué lo recomendarías?**

**19. ¿Hay algo que no te haya preguntado y quieras añadir?**

Muchas Gracias por tu colaboración.



### FORMULARIO DE INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO

#### INFORMADO ESCRITO

Me llamo Aitana Martín Montero, estoy realizando mis estudios de Trabajo social en la Universidad de Valladolid. Mi propuesta de Trabajo Fin de Carrera (TFG) pretende analizar el impacto que tiene la práctica deportiva como herramienta de reinserción social en jóvenes varones adultos internos en centros penitenciarios en España. El objetivo de este trabajo es realizar un análisis sobre el papel, del deporte como herramienta de intervención social en contextos penitenciarios, centrado en la experiencia del rugby.

Para poner en marcha la investigación, se necesita de su colaboración como profesional del trabajo social. La actividad para la que se requiere su colaboración consiste en una entrevista en la que se le preguntará sobre su experiencia profesional y su percepción sobre la utilidad del deporte en procesos de reinserción. No hay respuestas correctas o incorrectas. El objetivo es recoger información cualitativa desde sus experiencia y visión profesional.

Se realizará una grabación en audio que será utilizada exclusivamente para facilitar el análisis de la información recogida. Solo mi tutora académica y yo tendremos acceso a dicha grabación, que será eliminada al finalizar la investigación.

El equipo de investigación se compromete a proteger la confidencialidad de datos proporcionados, a mantener su anonimato y a usar la información únicamente con fines académicos, cumpliendo con la Ley Orgánica 15/1999 de Protección de Datos de Carácter Personal, así como con los derechos de acceso, rectificación, cancelación u oposición que le asisten en cualquier momento.

Si desea información adicional, puede ponerse en contacto con mi tutora académica:

Dra. Jezabel Lucas García ([jezabelamparo.lucas@uva.es](mailto:jezabelamparo.lucas@uva.es))

**Le agradezco profundamente su colaboración.**

Por favor, firme a continuación si acepta de forma voluntaria participar en esta entrevista. Este documento es garantía de su consentimiento informado para participar en el estudio.

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ 2025.

**Persona del equipo investigador**

**Persona entrevistada**

Firma: \_\_\_\_\_

Firma: \_\_\_\_\_