



Universidad
del País Vasco

Euskal Herriko
Unibertsitatea

IDAZKARITZA NAGUSIA
SECRETARÍA GENERAL



FRANCISCA DE ACULODI

Sariaren X Edizioa

Genero ikuspegia UPV/EHUko Gradu amaierako lanetan barne hartzearen FRANCISCA DE ACULODI Sariaren X. Edizioaren —2022/2023 ikasturtea— Osasun Zientziak jakintza adarraren epaimahaia bildu da, eta deialdi honetan honako Gradu hauetako aurkezturiko 5 lanak azertu ondoren, epaimahaiak sariak honako lan hauei ematea erabaki du:

Euskaraz:

**KIROLEAN ITXURA ETA ERRENDIMENDUA HOBETZEKO SUBSTANTZIAK
ETA GORPUTZ-IRUDIAREN DISTORTSIOA AZTERTUZ:
EMAKUMEENGANAKO ETA LGTBIQ+ KOMUNITATEAREKIKO IKUSPEGIA.**

Gaztelaniaz:

**PROYECTO DE CONCIENTIZACIÓN CON ADOLESCENTES SOBRE LA
DISCRIMINACIÓN HACIA LAS MUJERES LÍDERES**

Deialdiaren 3. puntua betetzeko

“Epaimahaiek 2024ko otsailaren 16a baino lehen argitaratuko du deialdiaren emaitza <https://www.ehu.eus/eu/web/berdintasuna-direccionparalaigualdad/-/francisca-de-aculodi-x-edizioa> orrian, honako hauen berri emanez: irabazlearen izena, tutorearen izena eta Saila, zein Gradu eta ikastegikoa den, eta saritutako lanaren edo lanen laburpena”.



Euskaraz eginiko lanaren irabazlea:

Jon Gil Barreiro

Medikuntza gradua (Medikuntza eta Erizaintza Fakultatea)

Tutorea: Virginia Guillen Cañas

**KIROLEAN ITXURA ETA ERRENDIMENDUA HOBETZEKO SUBSTANTZIAK
ETA GORPUTZ-IRUDIAREN DISTORTSIOA AZTERTUZ:
EMAKUMEENGANAKO ETA LGTBIQ+ KOMUNITATEAREKIKO IKUSPEGIA.**

LABURPENA

Kirolaren esparruan, maila profesionalean zein amateur-ean, errendimendu optimoa lortzea eta bikaintasuna bilatzea funtsezko helburutzat jotzen dira kirolarientzat. Hala ere, presio handi horrek praktika lizunak eta etika gutxikoak hartzera eraman dezake eta kirol-errendimendua hobetzeko debekatutako substantziak edo metodoak erabiltzea dakar. Kiroleko dopinak, atleten osasuna arriskuan jartzeaz gain, kirolespiritua ere hondatzen du eta lehiaketan aukeraber dintasuna ahultzen du.

Dopinaz gain, errendimendu handiko kirola elikadurarekin lotutako nahasmenduak agertzearekin eta gorputzaren pertzepzio eraldatuarekin lotuta egon daiteke. Kirolariek, batez ere itxura fisikoa faktore garrantzitsua den diziplinetan parte hartzen dutenek, presio sozial handia eta ideal estetiko zorrotzak jasaten dituzte. Presio horren ondorioz, elikadurarekin lotutako jokabide kaltegarriak har daitezke: elikagaien gehiegizko murrizketa, libragarriak edo diuretikoak erabiltzea, zein gorakoa eragitea; kirol-testuinguruan "idealtzat" jotzen den gorputza lortzeko.

Garrantzitsua da nabarmentzea arazo horiek ez dietela soilik gizonei eragiten kirolean. Emakumeek, alde batetik, presioarekin lotutako erronka gehigarriei aurre egin diezaiekete itxura fisiko eta errendimendu jakin bati eusteko, askotan edertasun- eta feminitate-estereotipoekin lotuta. Bestalde, LGTBIQ+ komunitateak ere presio gehigarria jasan dezake, generoari eta sexu-orientazioari buruzko arau eta itzaropen espezifikoaren ondorioz, eta horrek arazo horiekiko kalteberatasun handiagoa eragin dezake.

Testuinguru horretan, dopinaren, elikadurarekin lotutako nahasmenduen eta gorputzaren pertzepzioaren arteko harremana sakon ikertzeko beharra sortu da, batez ere emakumeengan eta LGTBIQ+ komunitatean. Elkargune honetan inplikaturako kausak, ondorioak eta arrisku-faktoreak ulertzea funtsezkoa da prebentzio eta laguntza estrategia eraginkorrak garatzeko.

Gai horiei heltzean, arazoaren garrantzia argitzeaz gain, emakumeen eta LGTBIQ+ komunitatearen beharretara bereziki egokitutako esku hartzeko eta laguntzeko estrategiak identifikatzea espero da. Estrategia horien artean egon daitezke hezkuntza eta kontzientziazio programak, esku-hartze



psikologikoak, gizarteratzeko politikak eta gizarte-babesa, kirolari guztientzako kirol-ingurune osasungarria eta bidezkoa sustatzeko helburuarekin.



Gaztelaniaz eginiko lanaren irabazlea:

Alazne Apraiz Arias

Psikologia gradua (Psikologia Fakultatea)

Tutorea: Mainer Larrañaga Eguilegor

PROYECTO DE CONCIENTIZACIÓN CON ADOLESCENTES SOBRE LA DISCRIMINACIÓN HACIA LAS MUJERES LÍDERES

LABURPENA

A pesar de los avances en materia de igualdad de género, en el ámbito del liderazgo, la mujer sigue viéndose afectada por el sexismo de la sociedad. Los datos indican que entre los trabajadores españoles el 9,1% cubre puestos directivos, y en cambio, entre las trabajadoras españolas solo cubre puestos directivos un 5,3%. Detrás de esta diferencia de género se encuentran diferentes aspectos psicosociales, a los que desde los estereotipos de género y las teorías psicosociales "Think manager-think male" y la "Teoría de congruencia de roles" se intenta dar respuesta para entender y superar la discriminación existente hacia las mujeres líderes. Teniendo en cuenta las teorías psicosociales, mediante este proyecto se plantea un proceso de concientización dirigido a los y las adolescentes sobre los prejuicios hacia las mujeres líderes. En concreto, mediante seis sesiones formativas se pretende reducir la percepción social negativa hacia las mujeres líderes, impulsar el desarrollo de una conciencia crítica hacia el género en relación al liderazgo, y por último, promover modelos de líderes femeninas.