

CANCHEROS

EDICIÓN 01 - DICIEMBRE 2025



LA DIRECCIÓN

**EL DEPORTE
UNIVERSITARIO COMO
FENÓMENO CULTURAL:**
TORNEO INTERFACULTADES
UNIVERSIDAD NACIONAL

EL JUGADOR

ALEXIS GARCÍA:
EL FÚTBOL NACE EN LOS
BARRIOS

EL ESCENARIO

DISEÑOS WIIN:
LA PASIÓN EN LA
PERSONALIZACIÓN

PREGRADO

13

CONVENIOS
INTERNACIONALES



EXCELENCIA

formando comunicadores
críticos y reflexivos
de cara al futuro.

VIGILADA MINEDUCACIÓN

Becas estudiantiles
Educación
Acreditación internacional

**MATRICULAS
ABIERTAS**

Calle 12 # 1-17 Este, Bogotá, Colombia
Teléfonos: 3177557570 (+57)(601)341 9900, ext. 1459
faccomunicacion@uexternado.edu.co

uexternado.edu.co

CONTENIDOS

6 - 8

*El deporte universitario como
fenómeno cultural:
Torneo interfacultades Universidad
Nacional*

10 - 11

*Diferencias:
MicroFútbol y Fútbol Sala*

LA DIRECCIÓN

EL JUGADOR

12 - 13

*Juanito Futbolero:
Del barrio a las redes, una historia de
pasión y disciplina*

14 - 16

*Alexis García:
El fútbol nace en los barrios*

18 - 19

*El MicroFútbol:
Un antídoto efectivo contra el
consumo de sustancias en jóvenes*

20 - 22

*Diseños WIIN:
La pasión en la personalización*

EL ESCENARIO

EDITORIAL



El fútbol es del deporte más grande del mundo por una razón: es un deporte que se logra adaptar a cualquier espacio. Esta revista nace de una pregunta ¿Por qué no se explora el fútbol aficionado? ¿Por qué el fútbol formativo, el micro, el fútbol sala no es un tema común de trabajo? El fútbol es un fenómeno social y cultural en las canchas, las calles y los barrios, sin importar cómo se desenvuelva.

Esta revista nace del amor al deporte y del sentimiento a la hora de jugar en las calles, bajo la luz de un farol que ilumina poco, una cancha de asfalto, donde al caer sabías que no hay vuelta atrás; de las noches en que jugábamos por el refresco y apostábamos la gaseosa. Ese sentimiento es común, cuando juegas desde el cariño y no desde el trabajo. Muchos hemos vivido eso y por ello sabemos que el fútbol no solo es profesional, también hay empeño y disciplina en lo aficionado.

Los desafíos que esta revista representa también son el impulso para realizarla y destacar lo emocionante de un deporte que también se vive lejos de las cámaras, los reflectores y comentaristas; aquel fútbol que se autogestiona y vive al lado de tu casa, fuera de un gran estadio, sin miles de espectadores, pero con una pasión probablemente más viva que nunca.

Por: Equipo editorial

CANCHEROS

Diseño y redacción:

Julian Camilo Castro Torres
Adrián Montero Leal
Manolo Ocampo Castellanos

Fotografías:

Julian Camilo Castro Torres

Asesores gráficos:

Orlando Valencia Sarmiento
Jairo Iván Orozco Arias

Asesor editorial:

Alfonso Ospina Torres



Las opiniones aquí expresadas por los autores no representan la visión o la ideología de la Universidad Externado de Colombia. Prohibida su reproducción total o parcial, así como su traducción a cualquier idioma sin autorización escrita de su titular.

Universidad
Externado
de Colombia

FACULTAD DE COMUNICACIÓN
SOCIAL-PERIODISMO



MANOLO OCAMPO

ADRIAN MONTERO

JULIAN CASTRO

Excelencia

en la **formación integral de profesionales críticos y conscientes** de su compromiso con el país.

19

Programas de
pregrado

143

Programas de
especialización

79

Programas de
maestría

7

Programas de
doctorado

Calle 12 # 1-17 Este, Bogotá, Colombia
Teléfonos: (57) 601-3537000, 601-3420288 y 601-3419900

uexternado.edu.co

EL DEPORTE UNIVERSITARIO COMO FENÓMENO CULTURAL:

TORNEO INTERFACULTADES UNIVERSIDAD NACIONAL



En la Universidad Nacional de Colombia el deporte trasciende las canchas y se convierte en una manifestación de identidad colectiva. El Torneo Interfacultades refleja una tradición que fortalece el sentido de pertenencia y la vida dentro del campus, mostrando cómo el fútbol universitario puede ser un espejo de la comunidad y sus valores.

Por: Adrián Montero Leal

En el contexto universitario el deporte no solo cumple una función recreativa o competitiva, sino que también se convierte en un espacio de encuentro, identidad y construcción de comunidad. En la Universidad Nacional de Colombia esta realidad se evidencia de forma contundente a través del Torneo Interfacultades, un evento que trasciende lo deportivo para convertirse en un verdadero fenómeno cultural dentro del campus. Más allá de los resultados y las estadísticas, los torneos representan una manifestación del espíritu universitario y del sentido de pertenencia que caracteriza a su comunidad.

A lo largo de los años, la Universidad Nacional ha consolidado una tradición deportiva que refleja la diversidad y vitalidad de su entorno académico. Los torneos interfacultades, especialmente en disciplinas como el microfútbol, logran reunir a cientos de estudiantes, docentes y egresados alrededor de una misma pasión. En cada encuentro se percibe una energía colectiva difícil de igualar: las barras se organizan, los equipos se preparan con semanas de anticipación y las gradas se llenan como si

se tratara de un campeonato profesional. Esta intensidad no responde únicamente al gusto por el deporte, sino al simbolismo que adquiere representar a una facultad ante toda la universidad.

Esa pasión se hizo evidente el pasado 11 de noviembre de 2025, cuando las facultades de Ciencias Humanas y Enfermería protagonizaron uno de los duelos más vibrantes del torneo. A las 7:30 p.m., bajo las luces del campus, el ambiente era una mezcla de nervios, expectativa y cánticos. Desde el inicio, Humanas impuso condiciones: su capitán, Eduardo Leal, abrió el marcador con un tiro libre impecable y poco después asistió

a Brandon León, quien amplió la ventaja 2-0.

Pero el espíritu de lucha que caracteriza al deporte universitario no tardó en aparecer. Enfermería, alentada por una barra incansable, descontó antes del descanso con un tanto de Diego (#11). En el complemento, pese a un nuevo golpe de Humanas —que puso el 3-1 con gol de Eduardo Fonseca (#10)—, el equipo de Enfermería no se rindió. Con garra, Santiago (#7) marcó dos goles que igualaron el marcador 3-3, llevando el encuentro a los penales.

La tensión fue total. Cada cobro resonaba con el eco de los tambores y gritos de los estudiantes. Finalmente, Enfermería se impuso 5-4 en la tanda, sellando una remontada épica que desató la euforia en las gradas y confirmó que el fútbol universitario no solo se juega con los pies, sino con el corazón.

El Torneo Interfacultades de la Universidad Nacional se ha transformado en un ritual que



combina tradición, identidad y emoción. La competencia genera un sentido de unidad que pocas actividades logran despertar. Cada facultad se convierte en una familia que alienta, celebra y sufre junto a su equipo. En ese proceso el deporte actúa como un vehículo de expresión cultural: en las canchas se cruzan acentos, carreras académicas y perspectivas diversas, pero todos comparten un mismo lenguaje de pasión y pertenencia. Este fenómeno no solo fortalece los lazos internos, sino que también refuerza la idea del deporte como espacio democrático y formativo dentro de la vida universitaria.

Sin embargo, al comparar esta experiencia con la de otras instituciones, como la Universidad Externado de Colombia, se evidencian diferencias notables. Aunque en el Externado los torneos internos también fomentan la participación y el

bienestar estudiantil, la intensidad y el compromiso colectivo no alcanzan los mismos niveles que en la Nacional. En muchas universidades privadas las competencias deportivas se desarrollan con un enfoque más institucional, orientado a la integración y al ocio, mientras que en la Nacional adquieren un carácter simbólico y casi representativo de su identidad como universidad pública. Allí, el fútbol no es solo una actividad extracurricular: es parte del ADN estudiantil y una forma de reafirmar su cultura.

El valor cultural del deporte universitario radica precisamente en su capacidad para fortalecer la comunidad y generar sentido de pertenencia. En un entorno como el de la Universidad Nacional, donde convergen múltiples disciplinas, realidades sociales y visiones del país, los torneos deportivos funcionan como un punto

de encuentro y un espacio de reconocimiento mutuo. Cada partido es una celebración del esfuerzo, la diversidad y la convivencia, elementos esenciales en la formación integral de los estudiantes.

En conclusión, el Torneo Interfacultades de la Universidad Nacional de Colombia es mucho más que un evento deportivo: es una expresión viva de la cultura universitaria. Su impacto trasciende el marcador y se refleja en la pasión, el compromiso y la identidad colectiva de quienes participan. Al igual que otras manifestaciones culturales, el deporte en la universidad pública colombiana es una forma de resistencia, unión y orgullo institucional. En sus canchas no solo se juega fútbol; también se construye comunidad, se fortalecen valores y se mantiene viva una tradición que forma parte del corazón de la vida estudiantil. 🏆



CANCHEROS

**QUE NO TE DÉ MIEDO
JUGAR LIMPIO**



**VISITA NUESTRA
WEB**





Diferencias: MICROFÚTBOL Y FÚTBOL SALA

Por: Manolo Ocampo Castellanos

A. ORIGEN Y REGULACIÓN

Sl microfútbol es un deporte creado en 1930 en Uruguay, está regido por la Asociación Mundial de Futsal (AMF), heredera de la antigua FIFUSA, creada en los años 70, que se separó de la FIFA tras una disputa por los derechos del nombre "futsal" y por el intento de la FIFA de unificar las reglas bajo su control. El fútbol sala, en cambio, es la versión que adoptó la FIFA en los años 80, con su propio reglamento y competencias oficiales.

Ambos se juegan con cinco jugadores por equipo, pero su enfoque difiere: el microfútbol conserva la esencia del futsal

original suramericano; mientras que, el fútbol sala busca una adaptación más moderna y global.

B. CANCHA Y BALÓN

Las dimensiones y el tipo de superficie marcan las primeras diferencias:

- ⚽ El microfútbol se juega en canchas más pequeñas, de entre 24 y 28 metros de largo, normalmente en cemento o baldosa.
- ⚽ El fútbol sala utiliza canchas más amplias, de hasta 42 metros de largo, casi siempre en madera o material sintético.

⚽ El balón de microfútbol es más pequeño y pesado (tamaño 3), con menos rebote, lo que exige mayor precisión técnica.

⚽ En el fútbol sala, el balón es tamaño 4, más liviano y con rebote controlado, pensado para un ritmo más rápido.

C. DURACIÓN DEL PARTIDO

Ambas disciplinas duran 40 minutos divididos en dos tiempos de 20, pero hay detalles que las separan:

- ⚽ En el microfútbol, el descanso es de 10 minutos.
- ⚽ En el fútbol sala, el descanso dura 15 minutos.
- ⚽ El cronómetro del microfútbol solo se detiene en jugadas especiales, mientras que en el

fútbol sala se detiene cada vez que el balón sale de juego.

D. SAQUES Y REINICIOS

Aquí radica una de las diferencias más visibles y conocidas de ambas variantes:

- ❧ En el microfútbol, los saques laterales y de esquina se hacen con las manos.

- ❧ En el fútbol sala, todos los saques se realizan con el pie.

- ❧ Además, el arquero en el microfútbol no puede lanzar el balón más allá de la mitad de la cancha ni cruzarla, mientras que en el fútbol sala sí puede participar activamente en el ataque.

E. FALTAS Y DISCIPLINA

- ❧ En los dos casos, tras la sexta falta acumulada se cobra un tiro libre sin barrera desde los diez metros.

- ❧ El contacto físico es más limitado en el microfútbol, donde se penaliza con mayor rigor el empuje o el uso del cuerpo.

- ❧ Las barridas son toleradas sólo si no hay contacto directo con el rival, mientras que en el fútbol sala se permite un poco más de roce.

F. EL ROL DEL ARQUERO

El guardameta es clave en ambas modalidades, pero su libertad cambia según el reglamento:

- ❧ En el microfútbol, el arquero no puede pasar la mitad del campo y tiene cuatro segundos para soltar el balón.

- ❧ En el fútbol sala, puede jugar en campo contrario y actuar como un "quinto jugador" en el ataque.

- ❧ En ambos casos, solo puede recibir un pase de su equipo por posesión, salvo que el rival toque el balón.

G. ESTILO Y FILOSOFÍA DE JUEGO

- ❧ El microfútbol prioriza la técnica individual, el toque corto y la precisión en espacios reducidos.

- ❧ El fútbol sala promueve la velocidad, la movilidad y la rotación constante, con un enfoque más ofensivo.

- ❧ El microfútbol mantiene el espíritu táctico y de control, mientras que el fútbol sala se abre a un dinamismo mucho más "européo" y menos contemplativo. 

El microfútbol y el fútbol sala nacen de la misma semilla: adaptar el fútbol a espacios más pequeños y ágiles; pero las federaciones, las reglamentaciones y la evolución del juego los llevaron por caminos distintos.



Juanito Futbolero: DEL BARRIO A LAS REDES, UNA HISTORIA DE PASIÓN Y DISCIPLINA

Por: Adrián Montero Leal

¿Cuándo empezó todo?

Desde los cinco años, Juan Sebastián supo que su vida giraría alrededor de una cancha. "Yo soy de Bosa, crecí allí y empecé a jugar en un torneo de barrio llamado Pañales, que era para niños de entre cinco y siete años", recuerda. Desde entonces, el balón se volvió parte de su rutina diaria.

Aunque ha estado vinculado tanto al fútbol 11 como al fútbol sala, su verdadero fogueo llegó en el micro. Entre los 10 y los 13 años fue entrenado por Jimmy Vargas, un exjugador profesional de Millonarios, y más adelante se destacó en los intercolegiados hasta ser convocado a la Selección Bogotá de Fútbol Sal: "Allí estuve dos años y luego se me dio la oportunidad de probarme en el fútbol 11 con el Bogotá Fútbol Club", cuenta.

En ese club permaneció desde los 15 hasta los 18 años, participando en torneos como el Hexagonal de Tábor, la Liga Bogotá y el Nacional de Fútbol, donde su equipo llegó a ocupar el tercer puesto.

¿Qué pasó después?

A los 18 años su carrera tomó un giro inesperado. Juan Se-

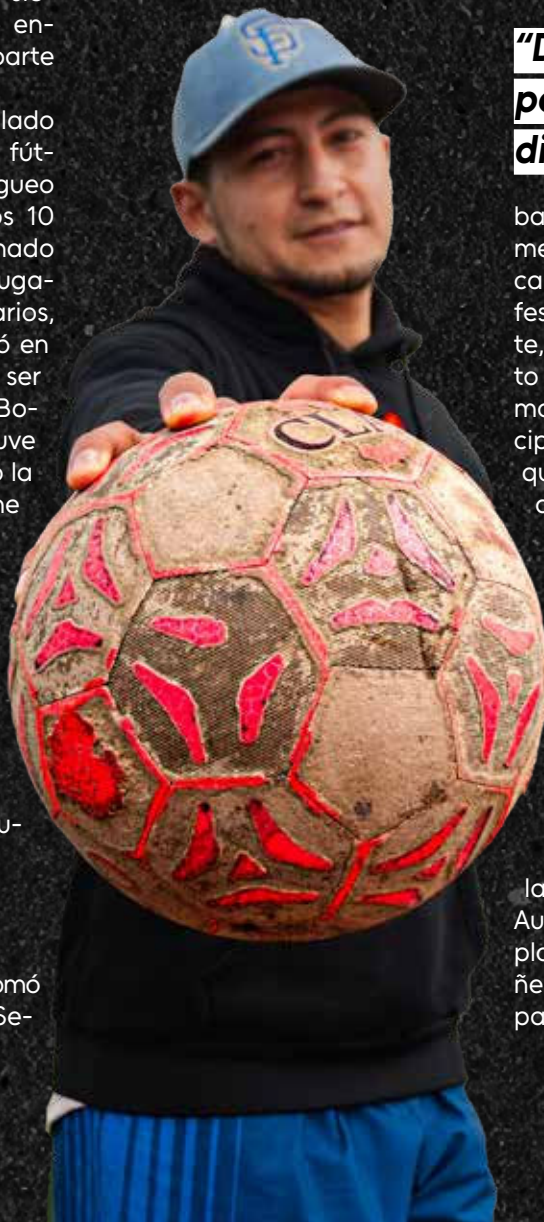
Juan Sebastián Cortés, más conocido en redes como Juanito Futbolero, ha convertido su amor por el fútbol sala en un proyecto de vida. Desde los torneos barriales en Bosa hasta convertirse en creador de contenido deportivo, su historia refleja que el talento abre puertas, pero la disciplina es la que permite mantenerse en pie.

**"Dios me dio talento,
pero aprendí que solo la
disciplina te mantiene"**

bastían superficialmente comenta su razón para dejar las canchas y su sueño de ser profesional: "Fue un momento triste, porque entendí que el talento no basta; lo que realmente marca la diferencia es la disciplina", explica. Esa reflexión, que ahora repite a los jóvenes que lo siguen, se convirtió en un principio de vida. Durante un tiempo se alejó del fútbol para dedicarse a trabajar y vivir la juventud, pero el amor por el deporte siempre lo acompañó.

¿En qué momento nacen las redes y el contenido deportivo?

"Siempre me han gustado las cámaras", dice entre risas. Aunque no era algo que tuviera planeado, un antiguo compañero del Bogotá FC lo invitó a participar en videos humorísti-





cos y de bromas. A partir de allí, encontró su propio estilo combinando fútbol, entretenimiento y motivación.

Hace dos años decidió abrir sus redes como Juanito Futbolero, enfocándose en mostrar su visión del fútbol sala y el fútbol 11. En poco tiempo, su autenticidad lo posicionó como una de las caras más reconocibles del fútbol barrial y de contenido deportivo en Bogotá.

¿Las redes le han abierto puertas en el fútbol?

“Claro, hoy todo se mueve por redes”, afirma con convicción. Gracias a ellas, ha podido mostrar su talento y conectar con otros jugadores del llamado fútbol callejero, una comunidad creciente en la que ha encon-

“No hay que rendirse; los sueños siguen vivos mientras uno siga entrenando”

trado oportunidades y visibilidad. Actualmente forma parte de la Selección Bogotá de Creadores de Contenido, un equipo que reúne a figuras destacadas de la escena digital deportiva.

Para Juanito, las redes más que una vitrina son un espacio donde el fútbol se une con la inspiración: “Muchos jugadores han logrado cosas grandes mostrando su talento en redes, y eso motiva a seguir dándolo todo”.

¿Qué viene para el futuro?

El presente de Juan Sebastián a sus 25 años está lleno de metas claras: “Este año me estoy preparando para ver si puedo fichar con un equipo que tiene base en la Selección Colombia de Fútbol 7. Se viene un mundial en Catar y quiero estar allí”, comenta emocionado. Su mirada, sin embargo, va más allá: “A largo plazo quiero mantenerme en la élite del fútbol sala y, si Dios me lo permite, debutar profesionalmente. Ese ha sido mi sueño desde niño”. 



Alexis García: **EL FÚTBOL NACE EN LOS BARRIOS**

Por: Manolo Ocampo Castellanos

Entre los años 70 y 80, el fútbol colombiano se respiraba en las calles, en el barrio y en los torneos improvisados sin estructura ni formalidad, pero sí con mucho corazón y talento nato. Alexis lo describe como un deporte de pasión pura:

“Bueno, sí, en mi época, siendo un niño, el fútbol era muy empírico. No teníamos profesores, jugábamos en la calle porque tampoco había muchas canchas o en los potreros. Eso nos dio una gran creatividad a la hora de

jugar. Yo creo que los jugadores que salieron de esa época son muy creativos porque teníamos que inventarnos a veces hasta un balón, una pelota con una cabeza de muñeca, rellenarla de periódico, porque no teníamos la facilidad para tener el balón.... Los torneos no eran organizados, eran más torneos de barrio que torneos de liga, ahí atrapaban los mejores talentos, y los ojeadores y los veedores iban allí a seleccionar a los jugadores para ir a selección Antioquia.... El sueño era llegar ahí, no era tanto el fútbol

El maestro, Alexis García, campeón continental en 1989 con Atlético Nacional, nos expone dentro de esta entrevista su experiencia personal en las divisiones menores, su mirada sobre el microfútbol y el fútbol popular en Bogotá, su papel en la formación de nuevos talentos, la evolución de estos espacios con el paso de los años y los desafíos que enfrenta la capital para fortalecer sus procesos formativos.

profesional, sino el fútbol de la selección Antioquia y posteriormente los equipos profesionales de la región donde vivía cada uno”.

La diferencia hoy en día es esa: actualmente hay más espacios, se han creado más canchas, en Bogotá hay mucho escenario, y las escuelas han tomado un papel primordial en la formación del futbolista, y se ha tomado como un proyecto nacional para la fabricación de nuevos talentos, que evidentemente-



te siempre han estado presentes, pero con la sensación de que faltaba algo esencial para que alcanzaran cosas grandes:

“Yo creo que las escuelas de fútbol deben ser escuelas de formación tanto deportiva como en la parte personal, hay que tratar de implementar una educación integral, para eso se necesitan buenos entrenadores, se necesitan medios para lograrlo. Ahora las escuelas tienen una gran responsabilidad en la parte formativa. Yo hoy en día veo que, entre más organizados los torneos, más peleas hay entre los padres, entre los jugadores, el ambiente es cada vez más nocivo, es menos nutritivo. Veo mucha estigmatización en el juego de los jóvenes y se respetan menos los procesos formativos, que se deberían respetar a rajatabla.... Lo único que se puede hacer es trabajo, formación y capacidad de tratar seres humanos; no solo entrenar piernas de futbolistas, sino también cerebros y corazones de jugadores de fútbol. El proceso de educación tiene que ser fundamental. Hay mucho talento todavía, hay muy buenas escuelas, algunas que conozco, pero hay que priorizar el trabajo formativo”.

Si se analiza dentro de la capital, comparado con otras ciudades, si bien en Bogotá han salido jugadores muy talentosos, todavía no se ha encontrado un estandarte atemporal, un jugador que haya roto esa barrera. ¿Qué falta en el proceso formativo para que de verdad se dé un salto de calidad? ¿Qué sistema debería el futbolista colombiano replicar para cambiar su mentalidad?:

“Yo veo que en el Valle hay un gran desarrollo del talento,



Fotos: Cortesía Alexis García

“Yo creo que las escuelas de fútbol deben ser escuelas de formación tanto deportiva como en la parte personal, hay que tratar de implementar una educación integral, para eso se necesitan buenos entrenadores, se necesitan medios para lograrlo”

-Alexis García-



y en la Costa lo mismo. A mí me parece que, por el biotipo, ocurre ese fenómeno: los jugadores son morenos, altos, con fibras rápidas, muy hábiles. Es una condición a veces muy innata en ellos. Porque, ¿cómo explica uno lo de Luis Díaz? Luis Díaz sale de Barrancas, un pueblo donde no hay mucha organización del fútbol, y sale y es una destreza, es mucha generación espontánea. Pero yo creo que, en Bogotá, porque lo he estudiado en Francia, cuando quisieron transformar su fútbol, que no volvía a ganar nada, lo que hicieron fue cambiar la estructura del fútbol aficionado. Hasta los 12 años los niños jugaban libres; hasta los 14 los torneos eran para jugar 7 vs 7, no se jugaba 11 vs 11 ni en canchas grandes. Se jugaba en canchas a la medida de los niños, o sea, adaptaron el fútbol de acuerdo con su edad, a su proceso formativo, para que tuvieran mucho más contacto con la pelota. Hasta los 16 años implementaron el fútbol 9, en campos también más reducidos, para que tuvieran mucha más participación y que tuvieran que tomar decisiones más rápidas y se enfatizó mucho en la técnica”.

Al jugador sudamericano, le cuesta el hecho de establecerse en las nuevas normas del fútbol moderno y del fútbol europeo,

“Yo veo que en el Valle hay un gran desarrollo del talento, y en la Costa lo mismo”

muchos jugadores eran muy talentosos, pero había una carencia de disciplina, y eso viene desde abajo, eso viene desde la formación del jugador. Por lo tanto, ¿De qué forma debería transformarse el fútbol formativo acá en Bogotá? En Bogotá ocurre un fenómeno; el fútbol de barrio, el microfútbol, el fútbol sala, son muy populares en Bogotá, hay muchos torneos que se enfocan en eso, pero, muchos talentos se quedan ahí, no logran dar el salto:

“Yo siempre he creído que el jugador bogotano es un jugador con una gran técnica y habilidad. De acá salió Jhon Mario Ramírez y otros cuantos. Los europeos están contratando a los sudamericanos para que jueguen en Europa como ellos juegan en Sudamérica, y nosotros estamos queriendo exportar el modelo europeo para que nuestros jugadores jueguen como en Europa. Es un contrasentido. Por eso yo creo que, en Bogotá, se debe aprovechar el micro, porque para mí es la semilla, y el fútbol de hoy, por los sistemas, se vuelve un campo reducido, así la cancha sea grande. Cuando te meten hacia

atrás, tienes que trabajar como si estuvieras en el barrio. O sea que los jugadores de micro tendrían que ser grandes jugadores de fútbol. Lo que pasa es que me parece que ese tránsito, de ese espacio reducido al grande, hay que saberlo dar.... Yo era jugador de micro, y muchos de mis amigos que llegaron a jugar profesional eran jugadores de micro, pero hicimos muy bien la transición al profesional.”

Finalmente, Alexis cree que el constante juego y la intensidad de este debe ser la raíz para crear jugadores más capaces y maduros, en la cancha y fuera de la misma:

“Para mí, todo se fundamenta en la organización de torneos permanentes año a año, acá hay canchas suficientes, y en esos torneos de micro, que para mí los debería organizar también la liga. Que esos muchachos se motiven y los pongan en equipos de torneos de fútbol 11. Hay con qué hacerlo y es una transición que nos daría muy buenos talentos”. 🦶

“Se debe aprovechar el micro, porque para mí es la semilla... Yo era jugador de micro, y muchos de mis amigos que llegaron a jugar profesional eran jugadores de micro”

VISITA **CANCHEROS**

UNA REVISTA DEDICADA AL FÚTBOL AFICIONADO

**UNA PASIÓN QUE SE
VIVE SIN REFLECTORES,
CÁMARAS NI
COMENTARISTAS.**



VISITANOS EN NUESTRA
PÁGINA WEB

El microfútbol: UN ANTÍDOTO EFECTIVO CONTRA EL CONSUMO DE SUSTANCIAS EN JÓVENES

Por: Manolo Ocampo Castellanos

En Bogotá, donde miles de jóvenes crecen en barrios atravesados por desigualdades, el microfútbol es un espacio vital de contención emocional, disciplina y construcción de sentido. Aunque la relación entre deporte y prevención del consumo de sustancias psicoactivas es ampliamente discutida, la evidencia reciente sugiere que disciplinas como el microfútbol pueden desempeñar un papel decisivo en reducir riesgos y fortalecer trayectorias de vida más saludables.

El microfútbol, por su naturaleza barrial, accesible y flexible, permite que jóvenes de distintas edades encuentren en la cancha un propósito y, en muchos casos, un refugio. Entrenar varias veces por semana, seguir una rutina, pertenecer a un grupo y asumir responsabilidades dentro del equipo se convierte en una alternativa real frente al ocio desestructurado, uno de los principales factores asociados al inicio del consumo de sustancias en entornos urbanos. Este mecanismo protector está alineado con hallazgos de investigaciones nacionales que explican cómo el deporte organizado contribuye a mejorar el manejo emocional, la toma de decisiones y la resistencia frente a presiones sociales.



El remate inesperado, la salvada inverosímil, el gol agónico o la sensación de impotencia, pone en marcha una reacción cerebral tan intensa que, en algunos casos, se equipara a la que producen ciertos estimulantes psicoactivos. La amígdala, que es la encargada de encender y modular emociones tan extremas como la euforia o el miedo, actúa con una velocidad inusual durante un partido; esa activación desencadena descargas de adrenalina y dopamina tan fuertes cuando se practica deporte, que pueden alcanzar niveles cercanos a los generados por un orgasmo, según lo han explicado especialistas como el neurobiólogo Dr. Eduardo Calixto (Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, México), quien suele describir estos picos entre los 350 y los 500 nanogramos. Es decir, la práctica del fútbol puede provocar un bienestar tan profundo que el cerebro lo registra como un acontecimiento extraordinario y sumamente cargado de emociones.





Esa intensidad emocional no solo explica por qué un gol puede hacernos llorar o gritar sin control; también aclara por qué el deporte puede convertirse en un sustituto natural frente a la atracción que generan las drogas. Muchas sustancias psicoactivas actúan justamente amplificando o imitando la labor de los neurotransmisores que el cerebro libera de manera natural, pero cuando un joven obtiene un estímulo igual de gratificante a través del microfútbol o fútbol sala sin alterar artificialmente su sistema nervioso, la necesidad de buscar sensaciones externas disminuye. Este deporte ofrece un terreno fértil para experimentar placer, alivio y pertenencia sin recurrir a sustancias que alteran de manera brusca los circuitos neuronales.



Sin embargo, persisten desafíos notables; la falta de datos específicos e investigaciones concretas sobre microfútbol y reducción del consumo dificulta cuantificar su impacto con precisión. Además, muchas iniciativas comunitarias carecen de financiamiento estable, lo que pone en riesgo su continuidad, y el acceso desigual a infraestructura deportiva también limita la participación en ciertos sectores de la ciudad.



Aun así, el fenómeno es evidente: donde exista microfútbol organizado, se reduce el tiempo disponible para factores de riesgo y se amplían las posibilidades de desarrollo personal y colectivo. En esas canchas de cemento o tierra, la pelota actúa como un contrapeso real frente a contextos difíciles, ofreciendo rutinas, vínculos y propósitos que sostienen a muchos jóvenes y no los deja caer en un camino trágico, que para algunos es muy difícil ignorar, lamentablemente. No es una solución absoluta, pero sí una puerta que se abre, y en numerosos barrios de Bogotá, abrir una sola puerta puede significar modificar por completo la trayectoria de una vida.

Diseños WIIN: LA PASIÓN EN LA PERSONALIZACIÓN

Por: Julian Camilo Castro

Luz Arce y Fabian Acevedo son dueños y fundadores de Diseños WIIN, una marca de morrales deportivos orientada a la personalización, versatilidad y calidad de sus productos. Los visitamos en uno de sus puntos de fabricación en Soacha, Cundinamarca; y en medio de máquinas de coser, retazos, hilos y moldes nos contaron sobre su emprendimiento.

¿Cómo comenzaron?

Fabian encontró un nicho de mercado que aún no se explotaba y terminaron dedicándose a la personalización de maletas para jugadores. "Mi mamá siempre ha trabajado con las máquinas [de coser] haciendo costura. En la universidad un día me pusieron un ejercicio de hacer una empresa ficticia, entonces, a mí se me ocurrió la idea de hacer maletas. En principio, la idea eran maletas personalizadas para todo el mundo, hasta que en un momento me di cuenta de que yo conocía bien las necesidades de los deportistas porque yo lo viví; noté que mi mamá tenía una maleta que llamamos PortaGuayos y que ahora son nuestro producto estrella, y así empezamos a

tener la idea de personalizar maletas para jugadores de fútbol. Cuando vi que podíamos venderlo, que era una buena idea de negocio y que no existía aún algo así, aposté todo, me salí de la universidad y me mandé directo a emprender. Así fue como nació Diseños WIIN".

De ese nacimiento ya han pasado dos años en los que la marca ha ido creciendo, ganando contratos con equipos a lo largo del país y formando una comunidad alrededor de ellos.

Diseños WIIN, empresa de Luz Arce y Fabian Acevedo en Soacha, encontró el éxito al encontrar un nicho sin explotar: la personalización de maletas deportivas. La calidad de sus maletas y su producto estrella, el PortaGuayos, llevó a la marca a crecer en el mercado, dotando a equipos y jugadores aficionados con productos característicos.

Fabian Acevedo



¿Cómo se diferencian de otras marcas?

El nicho que Fabian encontró sin explotar fue el de las maletas, los morrales y las guayeras; allí las marcas que ya se encontraban ubicadas en el mercado aún no habían trabajado y por ello decidieron dedicarse completamente a su producción, sumado a los conocimientos y la experiencia en producción de Luz.

Luz nos comenta: “El plus que nosotros tenemos es que todos nuestros productos tienen el bolsillo para separar los zapatos, entonces es algo que diferencia nuestra marca”, y agrega: “Hay maletas más grandes, más pequeñas, redondas, unas donde solo caben los zapatos, tulas, morrales, y así; entonces hay variedad de productos, pero todo se fabrica con telas nacionales y por eso también nos buscan mucho, por la calidad de las telas con que trabajamos”. Fabian recalca que “lo que más diferencia claramente es la personalización; en una tienda normal no puedo pedir que pongan la foto de mi perro, por ejemplo”.

¿Cómo ha sido la acogida de la comunidad?

Fabian habla de la comunidad que ha ido formando: “Son gente muy agradecida, son socios, son parceros. Yo trato en mis videos de no hablar técnico, sino muy normal, y eso ha hecho que la gente se sienta muy cómoda”. También habla de las alianzas comerciales: “Nosotros hemos trabajado con clubes de fútbol; el más reciente es la selección Colombia de fútbol 7; nosotros los dotamos a todos ellos. Algunos jugadores de microfútbol, como Cristian Mieles, que también es influencer, y



“Queremos que se haga el voz a voz de que hay una marca de personas de barrio porque nosotros somos de barrio, que nosotros tenemos un proyecto con mucho que aportar y que vea la visión que tenemos nosotros”.

hemos trabajado con él en la elaboración de contenidos en redes sociales. Con eventos de micro, como El Rey de la Gambeta, estuvimos como patrocinador oficial del evento”.

Luz Arce

Proyecto a futuro.

“Tenemos como proyecto hacer crecer la marca: no en seguidores, sino en comunidad. Queremos que se haga el voz a voz de que hay una marca de personas de barrio porque nosotros somos de barrio, que nosotros tenemos un proyecto con mucho que aportar y que vea la visión que tenemos nosotros. Queremos que nuestra comunidad se sienta como en casa. También queremos comenzar a crecer en lo local y expandir a lo nacional, seguir impulsando la venta por redes sociales a todo el país”. 



PORTAGUAYOS

By: Diseños WIIN

Bolsillo lateral:

Permite almacenar objetos pequeños o de valor.

Compartimento superior:

Compartimento amplio para almacenar ropa, comida, etc.

Straps dobles:

Ayuda a llevar la maleta con una sola mano.

Compartimento para zapatillas:

Evita el contacto entre las zapatillas y otros objetos como ropa, comida o elementos de valor.

Strap Terciado:

Útil para llevar la maleta sobre un hombro.



EDUCACIÓN DE CALIDAD

Garantizar una educación inclusiva, equitativa y de calidad y promover oportunidades de aprendizaje durante toda la vida para todos.



AVANCES

Entre 2015 y 2021, hubo un aumento en la finalización de la escuela primaria, la finalización de la secundaria básica y la finalización de la secundaria superior en todo el mundo. Sin embargo, el progreso realizado durante este período fue notablemente más lento en comparación con los 15 años anteriores.



DESAFÍOS

Las limitaciones económicas, los problemas de aprendizaje y el abandono escolar afectan sobre todo a zonas marginadas, lo que muestra la necesidad de un compromiso global para lograr una educación inclusiva y equitativa. Además, la falta de habilidades en TIC dificulta alcanzar una conectividad universal y significativa.



¿QUÉ HACER?

Para cumplir el objetivo 4, la financiación de la educación debe convertirse en una prioridad de inversión nacional. Además, medidas como hacer que la educación sea gratuita y obligatoria, aumentar el número de docentes, mejorar la infraestructura escolar básica y adoptar la transformación digital son esenciales.

UNIVERSIDAD
EXTERNO DE COLOMBIA

\$11.800.000.000
TOTAL INVERTIDO EN APOYOS

La Universidad Externado de Colombia cuenta con apoyos financieros con el fin de evitar que las dificultades económicas sean una barrera para formación universitaria. Los apoyos van desde becas estudiantiles por excelencia académica hasta programas de financiación con tasas de interés 0%. En el 2024 se entregaron 15.023 bonos de alimentación, 99 auxilios de transporte y 14 becas de alojamiento.

CONEXIÓN
Externado



DESDE LOS OJOS



DEL ESTUDIANTE

**"SER PERIODISTA
ES VER PASAR LA
HISTORIA CON
BOLETO DE
PRIMERA FILA"**

DIEGO PETERSEN FARAH



**VISÍTANOS
EN NUESTRA
PÁGINA WEB**

Universidad
Externado
de Colombia

FACULTAD DE COMUNICACIÓN
SOCIAL-PERIODISMO

AVALADO POR



SOCIEDAD
INTERAMERICANA
DE PRENSA