

## EL SOJUKAY, UNA PRÁCTICA DEPORTIVA ANCESTRAL ECUATORIANA.

### *SOJUKAY, AN ANCIENT ECUADORIAN SPORTS PRACTICE.*

Carmen Trujillo <sup>1</sup>. Docente Investigadora Instituto de Postgrado-UTN; [car.tru@hotmail.com](mailto:car.tru@hotmail.com); Santiago Caicedo- Presidente de la Federación de Sojukay <sup>2</sup> Henry Soria <sup>3</sup>. Presidente Word Humanisti University; Juan Vásquez <sup>4</sup> Universidad Técnica del Norte.

Fecha de presentación 03-20-2019      Aceptación s11-12-2019

### Resumen

El propósito del presente estudio es determinar la importancia de los deportes tradicionales de Ecuador, como un medio para el desarrollo de las capacidades físico y psico-emocionales en niños/niñas y adolescentes. Los objetivos fueron: (a) Rescatar y valorizar a los deportes tradicionales como El Sojukay, desde el enfoque histórico de su creación; (b) Determinar la importancia del Sojukay desde la perspectiva de los actores socio-deportivos; (c) Establecer la estructura sistémica lúdica de su creación, considerando su etimología asiática y del folklor ecuatoriano. Esta investigación tiene un enfoque cualitativo, fundamentado en un estudio de campo de carácter descriptivo y documental-histórico. Se realizaron entrevistas en profundidad a los actores claves, niños/niñas, adolescentes y al mentalizador de este deporte, considerando criterios como: liderazgo, trayectoria en la práctica de este deporte y motivo e interés de su creación. Como resultados se obtuvieron que el Sojukay en un deporte que emerge de la fuerza interna mental, corporal, la fluidez y suavidad, además del concepto asociativo del *ser* donde se confluyen las raíces físicas, mentales y emocionales, integra la mecánica de la concentración, la agilidad, la convicción de seguridad y confianza en el ser, como el autor de su propio crecimiento integral.

**Palabras clave:** Sojukay, deportes tradicionales, desarrollo del ser.

## Introducción

En Ecuador los deportes tradicionales constituyen un referente singular de identidad cultural patrimonial, por cuanto han sido practicados desde los antepasados a través de las diferentes generaciones, quienes han sustentado de alguna forma ésta práctica que en la actualidad se encuentra reconocida en la constitución ecuatoriana, el plan nacional Toda una Vida 2017-2021, y que además conforman la motivación y el interés para que el Ministerio de Cultura, el Instituto de Patrimonio Cultural INPC y otras instancias estatales consideren su rescate y valoración por los múltiples enfoques y beneficios, tanto para la identidad local, como para la formación en el desarrollo personal, por cuanto generan una serie de valores que perfilan y fortalecen la personalidad del individuo.

Por ello, es importante dar a conocer este tipo de deportes que al momento se encuentran en proceso de desaparición por la limitada acción social de instancias correspondientes, que seguramente desconocen el valor intrínseco (cognitivo y mental) y extrínseco (psicosocial y cultural) de la práctica de estos deportes, que durante años fueron el motivo de integración, emoción, diversión, y en muchos casos despertó el espíritu de convivencia experiencial para fortalecer lazos de integración territorial.

## Reseña histórica

El **Sojukay** es un *arte marcial de Ecuador*; por tanto, constituye un sistema de artes marciales encaminado a la defensa personal. Fue creado en el año 2006 por Iván Santiago Caicedo Navas. Es declarado como *deporte con características marciales y folklóricas*, el 8 de Noviembre del 2011, por el Ministerio de Deportes en Quito, Ecuador.

Dentro de las artes marciales y deportes de contacto, el **Sojukay** destaca por la variedad de técnicas mediante la utilización de los miembros superiores e inferiores como manos, pies y demás partes del cuerpo humano, para la aplicación de llaves, proyecciones, estiramientos, giros, con gran presteza de movimientos especialmente circulares, propios de la cultura andina.

Según Caicedo (2010), señala que:

Actualmente, es uno de los deportes practicados en Ecuador y el mundo por los innumerables beneficios que trae consigo su práctica diaria como es el caso del control mental, la paciencia, precisión, agilidad físico-mental, la fuerza, la seguridad personal, y también la práctica de valores como disciplina, respeto, puntualidad, constancia, tenacidad, liderazgo, persistencia, otros (p.23).

Para su creación, el Dr. Caicedo se basó en el arte del Taekwondo, Karate Do, Jiu – Jitsu, y otras biomecánicas marciales que articuladas a la danza andina-folklórica ecuatoriana, permiten dar sentido y significado a este deporte que emerge con un sello de identidad nacional. Por tanto, este deporte es la integración de la danza folklórica ecuatoriana, las artes marciales contemporáneas y sistemas de defensas autóctonos o ancestrales; con lo cual se enfatiza la convicción del amor al deporte y al país en el rescate y valoración de su cultura, como un patrimonio vivo a ser practicado por niños, jóvenes y adultos, orientado a potenciar las capacidades psicoemocionales del ser humano mediante la práctica constante, por cuanto el subconsciente juega un rol preponderante al combinar las vertientes lúdicas (artes marciales, danza folklórica, estrategias de defensas ancestrales y el subconsciente) que al integrarse conforman un importante complejo lúdico denominado *Sistema de Sojukay*, que de manera secuencial y lógica pone al cuerpo en movimiento para despertar todas las capacidades en el ser humano.

Como en las artes marciales, en el Sojukay, el avance técnico es representado por los llamados cinturones de colores, que despiertan la destreza física y habilidades y motivación de crecimiento personal. Los significados de los cinturones se fundamentan en los ciclos de la Madre Naturaleza, en definitiva.

El entrenamiento de artes marciales es un proceso permanente de maduración emocional, enmarcado dentro del honor, la lealtad, el respeto, la constancia y la disciplina; características que destacan en un practicante de este importante innovador Sistema.

### **Metodología**

Esta investigación tiene un *enfoque cualitativo*, enmarcada en un estudio de campo, de carácter descriptivo y documental. En el campo de las ciencias sociales, se puede concebir a la investigación cualitativa como la forma de adquirir conocimientos sobre el mundo

de la realidad social. Esta realidad, por tanto, es “creada, cambiante, dinámica, holística y polifacética” (Gurdian-Fernández, 2007:66), por cuanto permite la interrelación del investigador y lo investigado, generando una visión integral o general de este “complejo sistema de lo real” (González-Rey, 2006:10), que por su sensibilidad configura una multiplicidad de formas de inteligibilidad para hacer visible la realidad a través del conocimiento, mediante respuestas implícitas y explícitas, generadas en la cotidianidad subjetiva (Maturana, 2009; Berger y Luckmann, 2008).

### **Métodos de investigación**

Se utilizó el método **descriptivo**, por cuanto se describió en forma directa las causas y efectos del problema en su naturaleza; **de campo**, porque la información fue tomada directamente de los informantes claves en su lugar de origen; y **documental**, ya que permitió recolectar la información más variada basada en el archivo de libros, revistas, fichas, fotografías, considerando el mejor acercamiento a la realidad estudiada.

Para la sistematización y procesamiento de la información, se utilizó el método cualitativo *Hermenéutico-interpretativo*, que implicó sumergirse en su dialéctica mediante el movimiento y agilidad del pensamiento intersubjetivo, multidireccional y en zigzaguo entre los informantes (Márquez, 2007), o como sostiene Trujillo, Lomas, Naranjo-Toro y Merlo (2019), el método interpretativo es “esa habilidad mental de interpretar la subjetividad e intersubjetividad en toda su expresión, basado en la percepción, el sentir y pensamiento de los informantes, y de los investigadores en particular” (p.42).

### **Muestra**

En ésta investigación se consideró a los *actores sociales clave*, quienes practican el deporte Sojukay, especialmente en el centro de formación del Dr. Caicedo, que son en su mayoría jóvenes y gustan de este deporte tradicional. La selección de la muestra requirió de criterios de selección como: predisposición de los informantes clave, trayectoria en este deporte tradicional, interés en dar a conocer su importancia, tener capacidad de diálogo abierto y ser practicante nato. Razón por la cual se eligió a jóvenes que concurren al centro Sojukay por más de dos años y tienen trayectoria de campeones.

### **Diseño Metodológico**

Al ser una investigación cualitativa, no tiene un método tácito a seguir, como sucede en la investigación cuantitativa, por cuanto esta investigación según algunos autores como: Pérez-Serrano (1994); Taylor y Bogdan (1994); Márquez (2007) y Gurdían-Fernández (2007) se sustenta en fases como: *preactiva* (constitución subjetiva: creencias prejuicios, otros); *interactiva* (trabajo de campo minucioso); y fase *posactiva* (organización y sistematización de la información); es flexible, no lineal, se construye paulatinamente, es contextualizado, idiográfico e histórico, centrado en un grupo social, además se caracteriza por ser interpretativo-comprensivo, receptivo por la metodología utilizada.

En efecto, este tipo de método cualitativo se sitúa en la forma de conocer y relacionarse con lo otro; un reencuentro comunicacional, un solo mundo entre tantos mundos dentro del sentir convivencial integral y la pluralidad de pensamientos complementarios (Trujillo, Lomas. Naranjo-Toro y Merlo, 2019).

### **Técnicas e instrumentos de investigación**

Las técnicas que se utilizó fue la *observación participante* y la *entrevista en profundidad* con una guía de preguntas, que según Trujillo, Lomas, Merlo y Naranjo (2019), este tipo de técnica requiere de un acercamiento más familiar y social con el informante, lo cual fue posible gracias a que los investigadores son parte de esta localidad.

*Instrumentos de investigación:* se requirió de una grabadora y cámara de video.

## Procedimiento

*Primera fase:* fue necesario un acercamiento previo para seleccionar a los informantes clave, considerando criterios antes mencionados, para luego estructurar el guion de preguntas, considerando las variables de la investigación (pelota nacional; identidad patrimonial y didáctica en la etnohistoria ecuatoriana.

*Segunda fase:* Se aplicó entrevistas en profundidad a los actores clave del centro de formación Sojukay.

*Tercera fase:* Se sistematizó la información, extrayendo las *expresiones de sentido* y una *subcategoría* de cada sujeto investigado, sin llegar a las categorías o significados específicos.

**El procesamiento y análisis de datos** fue gracias al método interpretativo hermenéutico, utilizando la técnica de selección de símiles para cada informante.

## Resultados y Discusión

Interrogantes	Expresiones de sentido	Subcategorías
¿Cuál es su nombre y en dónde estudia?  <i>Mi nombre es Erick García, tengo 15 años. Estudio en el Colegio San Miguel</i>		
¿Hace qué tiempo practica Sojukay? Y ¿Qué le motivó a incursionar en este deporte?	Orgullo de ser un deporte ecuatoriano	Deporte nacional
<i>Eh... yo practico hace 2 años y medio ya.  Bueno, lo que me motivó mas es que jes un  deporte propio de aquí, el Ecuador!</i>		

**E: ¿Qué importancia tiene para su crecimiento personal este deporte?**

**I:** Bueno, a ver, éste deporte me ayuda a mi física y psicológicamente. Me ayuda a controlar mis miedos, mis sentimientos porque aquí en el Tatami practicamos eso. Por las presentaciones que he tenido, ha pasado el tiempo y ya me siento más confiado, más seguro, sin miedo.

**¿Qué miedos tenías?**

*Miedo a ser rechazado.*

*Lo que me gusta de esto es que no es como las otras artes marciales, sino que esto es muy interno. Por ejemplo el karate, una kata, pero es acá algo más libre.*

*Cuando practico, me siento bien, porque sé que estoy practicando algo que es nuestro del Ecuador, ¡que nació aquí!. Siempre me he sentido bien aquí.*

*Me ha ayudado a resolver un poco de problemas que he tenido. Gracias a*

*esto cambié mi vida. Mejoré en varias cosas.*

Con el cambio que he tenido, mi familia y profesores dicen que estoy bien, empecé a entrenar desde noveno y antes sufría bullying, ¡ahora ya se controlarme a mí mismo, ya se hablar bien con mis compañeros!.

*Este deporte me ha enseñado la disciplina, el respeto, no juzgar a nadie por su portada.*

Contribución psicológica,	Superar actitudes
física, superar miedos,	emocionales y crear valores
emociones.	éticos y morales. Camino a
	liderazgo
	Deporte con identidad nacional

Mayor confianza,	Sentirse bien
seguridad, libertad de	Deporte que cambia vidas
pensamiento y de	
expresión, respeto,	
disciplina, autocontrol	

**Cuál es un valor fundamental que aprendió en el Sojukay?**

*¡Aquí aprendí el respeto a quien sea y no hay que juzgar a nadie!*

*¡También a valorar nuestros saberes ancestrales!*

*Aquí las reglas del Tatami son, el que se enoja pierde, no hay que tener rencores en nada. Hay que tener valores,*

*solidaridad. Bueno practicando este deporte he avanzado mucho porque si he superado algunos rencores y miedos que he tenido, problemas que he tenido y todo.*

*¡Me motiva a ser mejor, siempre ser cada día mejor, desde las cosas pequeñas, pero hay que ser mejor!.*

Metas de desarrollo personal

Respeto a los demás y  
valorar lo nuestro.

No tener rencores, miedo

Solidaridad

Motiva a ser cada día  
mejor

### **¿Antes de conocer y practicar este deporte cómo era su vida?**

*Eh... O sea, mi vida era, eh... [..]: Sufría Bullying, porque era gordito y ya estoy entrenando hace dos años y con un cambio físico, tenía la mente muy preocupada por eso. Entonces, ¡me cambió la mentalidad, y eso me hace sentir seguro de mí mismo!. Mis maestros dicen que estoy bien, empecé a entrenar desde noveno y antes sufría bullying, ahora ya se controlarme a mi mismo, ya se hablar bien con mis compañeros.*

*Mi familia se siente feliz porque antes en la casa no hacía nada, estaba vagando ahí, y ahora ya entreno aquí, estoy peleando en campeonato nacional y eso.*

*Mi familia me apoya en los buenos y malos momentos, lo que voy hacer es ¡sacar mi cinturón negro, y volverme instructor!.*

### **¿Dentro de su sentido emocional y transformación que usted tuvo qué recomendaría a los chicos?**

*Bueno mi recomendación es que vengan a practicar algo que es propio, nuestro, sacar la cara del país, ver que tenemos un deporte que puede crecer, y eso... eso le ayuda física y psicológicamente a los muchachos*

*¡Que este deporte ayuda mucho!... Bueno, ¡a mí me ayuda mucho!, y les recomiendo que vengan a entrenar, ¡esto les ayuda a vencer los rencores y miedos en todo lo que tengan aquí en su corazón que este mal!*

*Recomiendo practiquen desde los... siete años porque ya tienen su motricidad, es decir ya pueden captar, seguir órdenes de cómo hacer esto, explicarle.*

*¡Estamos representando un arte marcial que es propio de aquí!*

### **¿Qué sueños tiene dentro de este deporte para su crecimiento personal, profesional?**

*Mi proyección ahorita es mantenerme firme, ¡en primer lugar!, y poder ir a poder representar al Ecuador al torneo que se va hacer en Italia.*

*Hasta ahorita he sido campeón nacional de los cuatro torneos, campeón panamericano.*



---

Alcanzar grandes logros

Preocupación por el bullying.

Seguridad en sí mismo

Apoyo de la familia

Aprovechamiento del tiempo libre

Proyección a grandes logros

Deporte nacional que ayuda a la sensibilidad humana

Deporte nacional para ayudar a los jóvenes

Debe ser practicado desde la niñez

Deporte que ayuda a vencer el miedo eliminar rencores, tiene normas

Se debe practicar desde edad temprana

Proyecciones de campeón

Deseos de competir

Internacionalmente

### **Sojukay, un deporte con identidad nacional y valores socioculturales**

Como es de conocimiento público que los deportes tradicionales constituyen la identidad local y nacional, por cuanto conlleva una serie de costumbres, tradiciones, experiencias, vivencias y demás componentes que identifican la expresión cultural de un pueblo. En ellos se sintetiza el sentir y vivir de su gente, de sus raíces y en sí, de su origen. Por ello, los deportes tradicionales siempre han sido motivo de integración, donde se despliegan emociones, diversión y sobre todo amistad. Cada momento lúdico está enmarcado de alegría y adrenalina, si existe la satisfacción de victoria; pero en todo su proceso está presente el intercambio, cultivo de saberes ancestrales, valores socioculturales y crecimiento personal.

Lo expresado se sustenta con lo mencionado por Gutiérrez (1995), citado por Ramírez, Vinaccia y Suárez (2004), en donde este autor concluye que los valores más propicios de alcanzar a través de la actividad física y el deporte son los siguientes:

Valores sociales: participación de todos, respeto a los demás, cooperación, relación social, amistad, pertenencia a un grupo, competitividad, trabajo en equipo, expresión de sentimientos, responsabilidad social, convivencia, lucha por la igualdad, compañerismo, justicia, preocupación por los demás, cohesión de grupo (p. 72).

Al respecto, el Sujeto entrevistado señala que: *¡este deporte ayuda mucho!... Bueno, ¡a mí me ayuda mucho!, y les recomiendo que vengan a entrenar, ¡esto les ayuda a vencer los rencores y miedos, en todo lo que tengan aquí!, ¡en su corazón, que esté mal!*.

### **Sojukay, un deporte para el crecimiento personal**

En general todos los deportes practicados de manera regular generan un cúmulo de beneficios, tanto físicos, cognitivos, emotivos y psicológicos, por cuanto contribuyen al fortalecimiento del sistema neuronal, a la oxigenación y purificación de todo el organismo, lo que demanda que el ser humano obtenga una mejora en su calidad de vida. Numerosos estudios señalan que el ejercicio sobre todo al aire libre ayuda en el control de la presión arterial, el estrés y la autoestima, además del aporte en valores humanos que hace más eficiente la convivencia en la vida cotidiana.

La expresión de sentido vertida del sentir de los informantes clave sustenta lo expresado: *¡Aquí aprendí el respeto a quien sea y no hay que juzgar a nadie!. Sufría Bullying, porque era gordito y ya estoy entrenando hace dos años y con un cambio físico; tenía la mente muy preocupada por eso. Entonces: ¡me cambió la mentalidad, y eso me hace sentir seguro de mí mismo!*.

Igualmente, Gruber (1986) indica que:

Encontró que los niveles altos de autoestima estaban asociados a la participación en programas de la educación física, con lo que concluye que la actividad física es un protector importante para aquellas personas que tienen un autoconcepto bastante bajo. La evidencia empírica apunta a que mientras la reducción en ansiedad ocurre con los tipos de actividad anaeróbicos y aeróbicos, efectos más grandes

fueron encontrados con la actividad aeróbica sostenida por 30 minutos o más tiempo (p.34 ).

Es evidente que el deporte en todas sus formas y sobre todo el tradicional articula muchos elementos que contribuyen al crecimiento personal por cuanto genera en la persona mayor confianza y seguridad a la persona, lo que significa que regula en cierta forma el comportamiento porque baja el nivel de cortisol mediante la producción de endorfinas que energizan el organismo y produciendo una sensación de bienestar que contribuye a la autoestima y salud mental.

Un aporte significativo a lo mencionado constituyen los estudios de Zamani-Sani, Fathirezaie, Brand, Pühse, Holsboer-Trachsler, Telepasand y Gerber (2016) al sostener que “Both moderate- and vigorous-intensity Physical Activity (PAs) are important for physical and mental health. In this regard, both the scientific community and lay people claim that regular PA impacts positively on self-esteem (SE), (p.7)

Resulta importante también señalar que todo deporte o juego tiene sus normativas y reglas que deben ser acatadas por los participantes, lo que permite despertar en las personas el espíritu de respeto, disciplina y compromiso al momento de asumir los roles respectivos. Así menciona el Sujeto (1), informante de la investigación:

*Aquí las reglas del Tatami son, el que se enoja pierde, no hay que tener rencores en nada. Hay que tener valores, solidaridad.....practicando este deporte he avanzado mucho porque*

*si he superado algunos rencores y miedos que he tenido, problemas que he tenido y todo (Sj 1).*

*¡Me motiva a ser mejor, siempre ser cada día mejor, desde las cosas pequeñas, pero hay que ser mejor!.*

Así mismo, El Instituto Nacional Americano de la salud mental, indicó que el ejercicio reduce ansiedad, disminuye la depresión moderada, mejora el bienestar emocional, y aumenta la energía de ansiedad. Así mismo, puede convertirse en un

aliado importante en las estrategias terapéuticas estructuradas por psicólogos, psiquiatras y médicos.

## Conclusiones

El Sojukay, es un deporte tradicional que articula procesos, lineamientos, fundamentos y normativas de los deportes asiáticos y el folclor andino ecuatoriano en sus tres modalidades, lo que conlleva una serie de beneficios para el desarrollo integral de la persona, traducidos en valores éticos, morales, y desarrollo de la autoestima.

Sojukay, es un deporte tradicional con trayectoria ancestral que rescata las costumbres, saberes locales, plasmados en cada una de las expresiones culturales-artísticas lúdicas para mantener vivo el patrimonio cultural ya que evoca la identidad de los pueblos andinos.

El Sojukay, tiene origen en Ecuador, su creador se inspiró en las bondades del aporte de los deportes de combate con sentido de protección física, espiritual y mental, orientado a jóvenes con miras a ser líderes en todo el contexto del desarrollo humano.

## Bibliografía

- Berger, P. y Luckmann, T. (2008). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Gurdían-Fernández, A. (2007). *El paradigma cualitativo en la investigación socio-educativa*. Coordinación Educativa y Cultural Centroamericana CECC-AECI- Costa Rica.
- González-Rey, F. (2006). *Investigación cualitativa y subjetividad*. Oficina de Derechos Humanos del Arzobispado de Guatemala ODHAG. Guatemala
- Márquez, E. (2007). *Reflexiones sobre el diseño emergente en la formación y actualización en investigación cualitativa*. Caracas: Producción cultural IPC.
- Maturana, H. (2009). *La realidad: ¿objetiva o construida?* (2ª. ed.). España. *Editorial Anthropos*.
- Pérez-Serrano, G (1994). *Investigación cualitativa: retos e interrogantes* (6ta ed.) España: La Muralla, S.A.
- Taylor, S.J. y Bogdan, R. (1994). *Introducción a los métodos cualitativos de la investigación* (2da. reimpresión). España: Ediciones Paidós, S.A.

Trujillo, C., Lomas, Merlo, M., y Toro (2019). *Investigación Cualitativa*. Editorial Universidad Técnica del Norte, Ibarra-Ecuador.

Gruber, J. (1986). Physical activity and self-esteem development in children: A meta-analysis. *American Academy of Physical Education Papers*, 19, 30-48.

[https://www.researchgate.net/publication/306378824\\_Physical\\_activity\\_and\\_self-esteem\\_Testing\\_direct\\_and\\_indirect\\_relationships\\_associated\\_with\\_psychological\\_and\\_physical\\_mechanisms](https://www.researchgate.net/publication/306378824_Physical_activity_and_self-esteem_Testing_direct_and_indirect_relationships_associated_with_psychological_and_physical_mechanisms) [accessed Feb 04 2020].