

FisioDeporte INCLUSIVO

Fomentando el deporte psicosocial en las personas con discapacidad a través de profesionales multidisciplinarios

Área polivalente del Polideportivo

Sábados de 12:00 a 13:30

Comienza el sábado 09 de Marzo

MES	DÍAS
Marzo	9; 16; 23
Abril	6; 13; 20; 27
Mayo	4; 11; 18; 25
Junio	1; 8; 15; 22; 29
Julio	6; 13; 20; 27
Agosto	31
Septiembre	7; 14; 21; 28
Octubre	5; 12; 19; 26
Noviembre	9; 16; 23; 30
Diciembre	7; 14; 21

Propuesta para la atención y mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad a través de la actividad física adaptada en San Agustín de Guadalix

1. Contextualización

En el Libro Blanco del Deporte de la Unión Europea (p.7), se establece que “todos los ciudadanos deberían tener acceso al deporte, para lo cual es necesario abordar las necesidades específicas y la situación de los grupos minoritarios, además de tener en cuenta el especial papel que puede desempeñar el deporte en el caso de los jóvenes, las personas con discapacidad y aquellas procedentes de entornos más desfavorecidos.” Se considera el deporte como una herramienta de desarrollo personal y de cohesión económica y social.

Son indudables los beneficios que reportan la práctica de actividad física y deporte a las personas con diversidad funcional, tanto a nivel físico como psicológico, así como a nivel de inclusión social cuando se promociona y se promueve de forma adecuada.

A pesar de los grandes avances alcanzados durante los últimos años en la promoción del deporte entre la población con diversidad funcional, siguen existiendo numerosas posibilidades de desarrollo, entre las que destaca el aumento de la oferta de actividades deportivas por parte de las instituciones públicas (Leardy et al., 2018).

En el artículo 30 de la Convención de la Organización de las Naciones Unidas sobre los derechos de las personas con discapacidad de 2006, se instó a las diferentes instituciones a promover las medidas correspondientes para fomentar la participación de las personas con discapacidad en igualdad de condiciones en actividades recreativas, de esparcimiento y deportivas, a través de, entre otras, las siguientes recomendaciones:

- “Alentar y promover la participación, en la mayor medida posible, de las personas con discapacidad en las actividades deportivas generales a todos los niveles.”

- “Asegurar que las personas con discapacidad tengan la oportunidad de organizar y desarrollar actividades deportivas y recreativas específicas para dichas personas y de participar en dichas actividades y, a ese fin, alentar a que se les ofrezca, en igualdad de condiciones con las demás, instrucción, formación y recursos adecuados.”

- “Asegurar que las personas con discapacidad tengan acceso a instalaciones deportivas, recreativas y turísticas.”

El Municipio de San Agustín de Guadalix ha mostrado un compromiso en la promoción del deporte entre la población con discapacidad con, entre otros proyectos, la creación de la Oficina de Atención del Deportista Discapacitado en el año 2014 junto con la Federación Madrileña de Deporte para las Personas con Discapacidad Física, o la reciente celebración de la Jornada de Inclusión Social celebrada el 3 de diciembre de 2023, coincidente con el Día Internacional de la Discapacidad.

De forma alineada con las necesidades de la población con discapacidad, las prácticas recomendadas a nivel internacional, y el interés del Ayuntamiento de San Guadalix en la promoción de la actividad física y el deporte entre la población con discapacidad del municipio, se propone la creación de un programa pionero de actividades físico- deportivas adaptadas a dicha población de forma sostenida y continuada. Esto no solo reportaría grandes beneficios a los practicantes, sino que posicionaría al Municipio como referente en la promoción deportiva para las personas con discapacidad.

2. Propuesta y metodología de trabajo

Se propone la creación de un servicio continuo profesional de actividad físico-deportiva. Basada en un modelo integral de atención, desarrollada por un técnico deportivo (altamente cualificado con experiencia previa en el deporte adaptado) junto a un fisioterapeuta con experiencia en la atención a las personas con discapacidad.

La actividad tendría una duración de 1 hora y media, con carácter semanal, en horario de fin de semana (sábados por la mañana) y durante la misma se desarrollaría un trabajo orientado a la mejora de las capacidades físicas y habilidades motrices de cada participante de una forma innovadora y atractiva. Se perseguiría también el fomento de la interacción social y las habilidades socio-emocionales.

El modelo de trabajo combinado de dos profesionales multidisciplinares del área de la salud, permitiría lo que es primordial en primer lugar: evaluar de forma específica a cada participante posteriormente planificar un programa de actividad lo más individualizada posible. De este modo, la actividad se adaptaría a cada sujeto y no sería el sujeto quien se tiene que adaptar a la actividad. Esto es algo vital cuando trabajamos con personas con discapacidad para mejorar su salud y especialmente cuando el abanico de perfiles es variado. Asimismo, facilitaría el seguimiento de cada participante ajustando las sesiones en función de su progresión. Se trata de un formato de trabajo pionero y referente donde se le da a cada persona un trato

individualizado, pero se consigue un escenario de trabajo común para mejorar también el componente psicosocial y motivacional

Esta propuesta inicial, por otro lado, ofrecería la posibilidad de detectar cuáles son las necesidades específicas e intereses de la población con discapacidad del Municipio de San Agustín de Guadalix respecto a la práctica de actividad física y deporte, lo que podría

suponer un germen para generar nuevas líneas de trabajo tales como programas de acondicionamiento físico adaptado, escuelas deportivas inclusivas, campus de verano inclusivos, entre otros.

Referencias:

Comisión de las Comunidades Europeas. (2007). *Libro blanco sobre el deporte*. Bruselas, Unión Europea.

Leardy, L., et al. (coords.). (2018). *Libro blanco del deporte de personas con discapacidad en España*. Madrid, Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad, Ediciones Cinca.

Naciones Unidas. *Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad y protocolo facultativo*; (2006). Nueva York, Naciones Unidas.